

BREAKOUT SUCCES #BDLK2024

Door Judith van der Valk, huisarts en medisch coördinator transmurale zorg bij HE

Hoe blijf je (digitaal) fit was het thema van deze 6e editie van “Buiten de lijntjes kleuren”. Voor diegene die niet verder leest: Het was fantastisch!

Met 45 collega's uit de regio reisden we af naar Landgoed Huis te Eerbeek. Een mooie mix van beginnende en ervaren dokters; en van huisartsen, medisch specialisten en specialisten ouderengeneeskunde. Opvallend was hoe snel de goede sfeer bij het kennismakingsdiner – de **start up**- er al in zat. Veelbelovend voor de 2 dagen die gingen komen.



Donderdag

Rebooten. Eerst even tijd voor jezelf. Door te wandelen of mee te doen met de yoga workshop onder leiding van een huisarts uit Soest Marij te Haan. Het was een heel fijne en ontspannen manier om de dag te beginnen.

De daadwerkelijke aftrap deed **gamechanger** filosoof Menno de Bree. Hoe digitaal fit te blijven? Na een uitgebreide, humoristische beschouwing aan de hand van meerdere filosofen was het antwoord natuurlijk dat het absoluut onmogelijk was. 😊

Tijd voor **gamification**! Met VR brillen maakten we een patiëntenreis. Daarna luisterden we een podcast al wandelend door het bos met de zon in ons gezicht.

2.0 werd gegeven de Chief Medical Information Officer (CMIO) van Huisartsen Eemland en Meander, oftewel door huisarts Bram Smits en anaesthesioloog Nico Feenstra. We kregen uitleg over artificial intelligence (AI) en hoe AI ons kan ondersteunen, zoals bij het beoordelen van röntgenfoto's (wel/geen fractuur) of bij de verslaglegging in het dossier van onze consulten door mee te luisteren. We mochten brainstormen over gewenste nieuwe ontwikkelingen, we kregen inzicht in best practices voor praktijken aangesloten bij het regionaal Microsoft 365, en uitleg over het netwerk informatie systeem (NIS).



Lekker buiten spelen samen. Bij **“Hebben we connectie?”** gingen we in groepen samenwerken en tegen elkaar strijden. Er werd met veel passie en plezier gespeeld (het competitie-element werkte goed) en de winnaars waren dan ook erg blij.



Iedereen had even een pauze en die was ook nodig om je goed uit te dossen in het roze. Want we gingen tijdens het diner **naar the cloud**. En in de wolken waande ik mij, zo roze was het overal. Na het diner kwam de mobiele DJ ons halen, waarna het feest begon en er volop gedanst werd. Heerlijk!



Vrijdag

Huisarts en leefstijlarts Karel Bos begon deze nieuwe dag met een **software update**: “Hoe maak je je werk leuker en lichter?”. Inspirerend verhaal over leefstijl, over preventie, en hoe je je patiënt in plaats van jezelf aan het werk zet. Persoonlijke VO2 max waarden werden uitgewisseld en het leefstijlroer van Arts & Leefstijl werd besteld voor in de spreekkamer.

Influencer & professor Stefan van der Stighel sprak over “structuur in de (digitale) chaos van alledag”. Zeer goed verhaal over met name aandacht, verteld aan de hand van wetenschappelijke onderzoeken gecombineerd met persoonlijke anekdotes.

Tenslotte, **de klassieker** “Waarom verwijst de huisarts u nu pas?”. Huisarts Loes Meijer vertelde in deze workshop eerst de theorie over samenwerken; het onderwerp waarop zij recent gepromoveerd is. Aan de hand van driehoeken werd duidelijk dat elke professional vaak maar een deel ziet van een patiënt met een bepaalde klacht of ziekte. Ook weet je vaak weinig van elkaars situatie op het werk. Als een samenwerking niet goed loopt, of als je irritatie bij jezelf merkt, kan het daarom zinvol zijn om dit te bespreken met de desbetreffende collega. Mogelijk ontstaat er meer begrip voor elkaar, kun je met elkaar bespreken wat wel prettig werkt en hiermee rekening houden in de toekomst.

Die knelpunten opsporen kan nuttig zijn, want “zonder wrijving geen glans”. Er ontstond een mooie dialoog met de alle collega's. Duidelijk was dat dit een belangrijk onderwerp was, waar men mee aan de slag wou om tot meer praktische plannen en oplossingen te komen. Nu was de tijd beperkt, maar ik zeg: ‘Wordt vervolgd’.

Shut down. Moe, tevreden en voldaan konden we weer naar huis. Ik heb enorm genoten, nieuwe dingen geleerd en nieuwe contacten opgedaan. In de weken daarna wierp het ook direct al z'n

vruchten af. Ik merkte op de huisartsenpost of bij een telefonisch overleg met een medisch specialist hoeveel leuker het is als je dan iemand spreekt die je kent!



Wil jij vaker HASP-elen?

- 15 mei: Multidisciplinaire HASP-el avond palliatieve zorg bij chronische ziekten (hartfalen, nierfalen en COPD)
- 20 juni: Huisartsen-Specialisten diner (BBQ)