

## Online workshop Positieve Gezondheid in de huisartspraktijk

### Programma

Zelfstudie voor aanvang van Workshop: Webinar van Machteld Huber (huisarts, grondlegger van het gedachtegoed Positieve Gezondheid en oprichter van het Institute of Positive Health (IPH)):  
<https://www.youtube.com/watch?v=5xjJIRnuiyQ>

<b>Workshop A:</b>	<b>Thema: het gedachtegoed: het spinnenweb oefenen en ervaren</b>
<b>Datum:</b>	<b>najaar 2021</b>
18.45-19.00 uur:	Inloggen
19.00 -19.05 uur:	- Welkom Jonathan (Zorggroep ROHWN /@aliber)
19.05 -19.30 uur	- Intro. *filmpje: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=vEjGN6QTSpk">https://www.youtube.com/watch?v=vEjGN6QTSpk</a> - wat denk je? *poll-vragen: zie onder *kennismaking in breakout groepjes van 3 (10 min. 3 min. pp) *associaties bij PG – in chat.
19.30 -19.45 uur	Opdracht: Zelf aan de slag - werken met het Spinnenweb: Persoonlijke veranderwens (door: IPH-trainer/deelnemers).
19.45– 20.10 uur:	Opdracht in 3-tal: bespreken ingevuld spinnenweb. Hoe vond je om in te vullen? Waar gaat je aandacht naar uit? Wat echt belangrijk? Incl. actiewiel <b>INCL 5 MIN. PAUZE</b>
20.10 - 20.20 uur	Ervaringen uitwisselen
20.20 – 20.40	Achtergrond PG en filmpje – samen bepalen we de zorg
20.40 - 20.50 uur	Huisarts vertelt over ervaringen, wat het hem/haar oplevert en over <b>CASUS</b>
20.50 - 21.10 uur	In 3 tal uiteen in Break-out Room: Padlet: Wat zijn goeie introductiezinnen? Om spinnenweb te introduceren? Padlet: Wat zijn goeie vragen na ingevuld spinnenweb? <b>INCL 5 MIN. PAUZE</b>
<b>21.15 – 21.30 uur:</b>	Plenaire terugkoppeling, vragen aan huisarts etc.
<b>21:30 – 21:45</b>	In 3 tal uiteen in Break-out Room: <b>Maatjes vormen om de komende zes weken de opdracht in de praktijk te brengen</b>
21.45- 22.00 uur:	Individueel opschrijven wanneer oefenen, essentie PG, Huiswerk, vragen en spontane eerste reacties?

### **Poll, kan via ZOOM!**

1. Heb je er zin in? In de workshop?  
*Jaa heel erg!! Jawel, mwah. Nee eigenlijk niet.*
2. Heb je al wel eens gehoord van Positieve Gezondheid?

*Ik werk er al mee, Ja vaak, een keer, nog nooit*

3. Zie je meerwaarde er in?  
*Jaa heel erg!! Jawel, mwah. Nee eigenlijk niet.*

**Workshop B:                   Thema: gericht op eigen werkomgeving**

**Datum:                           dinsdag 23 maart 2021**

18.45-19.00 uur:           Inloggen

19.00 -20.30 uur:       - Jouw talent voor Positieve Gezondheid (*door: IPH-trainer/huisarts/deelnemers*):

- Hoe heb je Positieve Gezondheid ervaren & welke kansen zie je voor je eigen (werk)omgeving?
- Uitwisselen wat werkt goed, wat is lastig, wat kan je doen?

20.30 – 20.40 uur:       Pauze

20.40 – 21.40 uur:       - Samenwerking in de wijk/handelingsperspectieven (*door: IPH-trainer/huisarts*)

- Casus (*door: huisarts/deelnemers*)

- Wat is nodig voor het borgen van deze manier van werken? (*door: allen*)

21:40 – 21:50           In **3 tal** uiteen in Break-out Room:

Break-out Room: Afspraken maken hoe Positieve Gezondheid in te zetten in de wijk

21:50. – 21:55           Plenaire terugkoppeling,

21:55 -22:00           Afsluiting, omschrijf Positieve Gezondheid in 1 zin.

In module B komen er 2 breakout sessies voor.