



Health4U

Tips & Tricks 1





1. Tips om een (nieuwe) Health4U groep te starten (1)

- Geef een presentatie aan het team over de achtergrond van H4U
- Geef een presentatie aan potentiële verwijzers, andere afdelingen over start H4U
- Verzorg jaarlijks een presentatie tijdens een overleg voor psychiaters/artsen en arts assistenten. Zo ook in het SPV-overleg
- Betrek (ex)deelnemers bij de presentatie
- Maak een aankondiging waarneer er een nieuwe groep van start gaat bv door het ontwerpen van een poster via de download op health4u.nu.
- Organiseer een inloop of voorlichtingsmiddag voor verwijzers en deelnemers. Zorg hierbij voor gezonde hapjes, leuke bewegingsactiviteiten en voorlichtingsmateriaal.



1. Tips om een (nieuwe) Health4U groep te starten (2)

- Zorg voor een goede locatie. Groot genoeg, licht genoeg en dicht bij de client. Besteed ook aandacht aan de ruimte bv. Bloemetje op tafel en fruit.
- Organiseer de H4U bijeenkomsten altijd op een vaste dag, tijd en locatie.
- Zorg dat je goed bereikbaar bent voor vragen
- Tijdens een teammiddag kun je Health4U op een ludieke manier onder de aandacht brengen door een sportieve activiteit op de H4U manier, work-out op muziek of gezonde hapjes of drankjes (smoothies) uitdelen en de aandacht voor (de essentie van) H4U vragen.