



# Dat is de kracht van Mindfit

Mindfit op koers naar 2023



Woord vooraf

# Mindfit op koers naar 2023

Voor jullie ligt het strategische document 'Mindfit op Koers naar 2023'. Een koers die richting geeft aan onze opgaven om mentale gezondheid voor zoveel mogelijk mensen te bevorderen. Met behoud van het goede en geleerde lessen op zak zijn er uitdagingen, risico's en kansen die we op hoofdlijnen hebben vastgelegd, zodat we weten wat ons te doen staat.

Bij Mindfit willen we er zijn voor cliënten voor wie een kortdurend generalistische aanpak de beste behandeling is. Ook begeleiden we cliënten met meer complexe klachten die werken aan duurzaam herstel. We hebben daar de afgelopen jaren een grote bijdrage aan mogen leveren. Dat willen we graag voortzetten door de krachtige elementen te behouden én door ons verder te ontwikkelen om zo bij te dragen aan toekomstbestendige goede, toegankelijke en betaalbare zorg.

## Ontwikkelingen in onze sector

Het werk dat wij doen staat altijd in verbinding met de wereld om ons heen. Daarom hebben we tijdens sessies met onze teams (de 'kringen') en in de gesprekken met de ondernemingsraad, cliëntenraad en netwerkpartners gekeken naar trends en ontwikkelingen in de samenleving en hoe die van invloed zijn op onze sector. Vanuit deze gesprekken is Mindfit op koers naar 2023 tot stand gekomen.

De coronacrisis en de daarop volgende pandemie heeft ons ongelooflijk hard geraakt. De gevolgen zullen de komende jaren voelbaar zijn. Tijdens de crisis hebben

we echter geen seconde onze cliënten en elkaar uit het oog verloren. We namen verantwoordelijkheid, zochten creatieve en vindingrijke oplossingen en bewandelden nieuwe wegen. We vonden met elkaar in korte tijd nieuwe vormen van werken die voorheen onmogelijk leken. Dat geeft vertrouwen voor de toekomst.

We hebben het gemis gevoeld van niet fysiek bij elkaar kunnen komen en de waarde gevoeld van collega's die er voor je zijn. Contact is een onmisbaar onderdeel van ons werk en draagt bij aan ons werkplezier. Als medewerkers er optimaal voor cliënten willen zijn om te doen wat nodig is, dan moet 'de organisatie' dat mogelijk maken. De organisatie is geen abstracte entiteit waar je geen invloed op hebt. De organisatie zijn jij en ik met onze kaders, regels, afspraken, waarden, principes en onze werkwijze. Daar hebben we allemaal zelf invloed op.

## Kwaliteit bij Mindfit

Samen zullen we de komende jaren stil moeten staan bij de vraag 'Wat is goede zorg?'. Wat is voor de cliënt belangrijk? Wat betekent een goed leven? Wanneer is je mentale gezondheid goed genoeg? Hoeveel mag mentale gezondheid voor zoveel mogelijk mensen kosten? Moet alles wat kan? Hoe lang gaan we door met behandelen? Hoe werken we samen met anderen? Deze ethische en maatschappelijke vragen gaan onze gesprekken over kwaliteit bij Mindfit de komende jaren beïnvloeden.

**We hebben het gemis gevoeld van niet fysiek bij elkaar kunnen komen en de waarde gevoeld van collega's die er voor je zijn**

Bij Mindfit werken gedurfde professionals die open staan voor veranderingen en daar de aanjagers van zijn. Die zich uit durven spreken. Mensen die denken in mogelijkheden en zichzelf de vraag stellen 'hoe kan het wél?' Altijd vanuit verbinding met Mindfit, met het belang van de cliënt voor ogen en het vertrouwen in elkaar en elkaars expertise.

Met een gezamenlijke visie als fundament is dit de koers die ons de komende jaren richting én ruimte geeft om zelf afwegingen te maken en eigenaarschap te tonen. Om bij te kunnen dragen aan duurzame mentale gezondheid voor zoveel mogelijk mensen.

*Grietsje Visser*

Juni 2021



# Wie we zijn

**Meer mensen mentaal gezond. Dat is de missie van Mindfit. Daarom bieden we goede behandelingen en zorg aan mensen die vastlopen in hun dagelijks leven door psychische klachten. We behandelen nooit langer dan nodig, maar precies lang genoeg om de cliënt te helpen bij het actief herstellen van zijn balans.**

## **Onze aanpak**

We werken op basis van positieve psychologie en dagen onszelf en de cliënt voortdurend uit te denken in kansen, mogelijkheden en duurzame oplossingen. Van groepsbehandeling tot zelfhulp, op locatie of digitaal; onze behandelingen zijn net zo divers als onze cliënten. Want iedereen kan te maken krijgen met tegenslag of ingrijpende gebeurtenissen. Onze oplossingsgerichte aanpak sluit aan op de hulpvraag van dat moment. Digitale mogelijkheden geven de cliënt daarbij optimale zeggenschap over het verloop van zijn behandeling en zijn eigen dossier.

Samen met de cliënt, zijn naasten, met partners in ons netwerk en met elkaar zoeken we voortdurend naar wat past, wat kan, wat nodig is en wat werkt. We combineren onze deskundigheid met lef om te doen wat nodig is voor de cliënt. In onze zelforganiserende teams is volop ruimte voor vernieuwing en persoonlijke ontwikkeling. Dat vertaalt zich in waardevolle bijdragen aan de mentale gezondheid van zoveel mogelijk mensen. Van vandaag én van morgen!





**Mindfit helpt  
zo veel mogelijk  
mensen bij  
het duurzaam  
versterken van  
hun mentale  
gezondheid.**

—

# Onze missie

## Visie

Bij Mindfit stimuleren we zowel cliënten als medewerkers om te handelen vanuit eigen regie en persoonlijk leiderschap. Want alleen dan komt de ontwikkelkracht van mensen het beste tot zijn recht en worden veranderingen duurzaam. Nieuwe technologieën ondersteunen die zelfregie.

We helpen cliënten ontsluiten wat al in henzelf aanwezig is. Met aandacht voor het verminderen van klachten en het bevorderen van welbevinden. Met oog voor de kracht en de persoonlijke hulpbronnen van iedere cliënt. Dat is voor ons: gebalanceerde ggz.

Blended behandelen past daarbij. We combineren online met offline, groepsbijeenkomsten met individueel contact en zijn vindingrijk in het doen wat nodig is. Onze betrokkenheid en ons vakmanschap leiden ons daarbij. Maar ook zelfreflectie en de moed om bij te sturen of los te laten.

Uiteraard kunnen we dit niet alleen. We werken samen in bestaande netwerken en gaan nieuwe verbindingen aan met partners binnen én buiten de zorg.



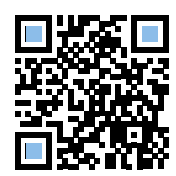
**Scan de QR-code**

Bekijk onze animatie van het model voor gebalanceerde ggz.

**Oprecht, vindingrijk, eigen.**  
Drie waarden die samen de kern zijn  
van ons DNA.



Oprecht



Vindingrijk



Eigen

Scan de QR-codes en ontdek het verhaal achter onze waarden.



# Onze kernwaarden

## Onze cliënt

**Onze cliënt heeft de veerkracht om zelfstandig verder te gaan. Dat is het vertrekpunt van onze behandeling. Iedere cliënt is uniek. Met talenten en interesses, persoonlijke hulpbronnen en een eigen netwerk. Daarin schuilt de kracht om te komen tot balans en herstel.**

Onze cliënt heeft een hulpvraag omdat psychische klachten hem belemmeren in het leven dat hij wenst. We sluiten vroegtijdig aan, dichtbij en vanuit de huisartsenpraktijk. We bieden oplossingsgerichte behandeling vanuit onze kringen. Soms zijn de klachten al langer aanwezig en begeleidt Mindfit de cliënt bij het hanteren van crises, het versterken van zijn mentale gezondheid en meedoen in de samenleving.

Onze cliënt is gemotiveerd om actief te werken aan zijn doelen. Dat vraagt inzet, reflectie en (digitale) basisvaardigheden op het gebied van taal en communicatie. Onze behandeling is eindig en de cliënt gaat verder op eigen kracht.



# Waar we vandaan komen

Toen in 2014 de Basis GGZ landelijk werd ingevoerd wisten we meteen: 'Wij gaan het op onze eigen manier doen'. De Dimence Groep besloot de Basis GGZ onder te brengen in een nieuwe organisatie en dat bood ons die kans. We startten klein, met een open mind en frisse blik, met veel energie en met een paar stevige uitgangspunten: kwaliteit, zelfsturing en eigen regie. Dit bleek een aantrekkelijk concept voor eigenwijze pioniers; professionals die goed gedijen bij eigen ruimte en verantwoordelijkheid, korte lijnen, open communicatie en werken vanuit actieve teams, onze kringen.

In het ondernemingsplan van Mindfit uit 2013 staat dan ook geschreven:

'Mindfit is een avontuur. De beginsituatie is min of meer bekend en in de verte gloort een stip op de horizon. De tocht van hier naar daar is echter ongewis, dat gaat stap voor stap, daad voor daad, minuut per minuut. Op zo'n avontuur neem je natuurlijk geen zware koffer met kant en klare dingen mee. Nee. Een kleine rugzak met gereedschap dat van nut kan zijn is veel handiger. We travel light. Het ondernemingsplan van Mindfit is die rugzak.'

Zo gingen we op pad. Ondernemend en nieuwsgierig. Soms letterlijk kijkend naar de plattegrond van Nederland; 'welke kant gaan we op?', maar uiteraard ook in de figuurlijke zin van het woord. Alleen door wendbaar en vernieuwend te zijn konden we bouwen, reageren op de veranderende vraag uit de samenleving en daardoor blijven groeien. De vraag 'Hoe kan het wél?' is leidend. Toen en tot op heden. Bij iedere vraag van onze cliënten, bij iedere vraag vanuit netwerkpartners of uit de samenleving.

## Vertrouwen op elkaar

Wat ook verbindend bleek is onze betrokkenheid, passie en liefde voor het vak. Dat leidt tot vertrouwen. Het vertrouwen dat we kregen om een nieuwe organisatie te bouwen en ons zelfvertrouwen dat we daarmee van betekenis zouden zijn. We wonnen het vertrouwen van huisartsen omdat onze aanpak effectief bleek en onze nabijheid gewenst. We zijn betrouwbaar voor cliënt en netwerkpartner. We vertrouwen op elkaar en ieders rol in de kring en in onze organisatie.

Eigen regie bleek diep verankerd in het DNA van Mindfit. Met de veerkracht van iedere cliënt als uitgangspunt, ligt de regie van de behandeling vanzelfsprekend in zijn handen. Mindfit loopt een eindje op tijdens de persoonlijke reis van de cliënt en geeft gereedschap mee om de route zelfstandig voort te zetten. Op eigen wijze en op eigen kracht. Dat past bij ons.

## Nieuwe wegen, nieuwe kansen

Mindfit is als aanbieder in Basis GGZ niet meer weg te denken in het zorglandschap van Oost en Midden Nederland. We zijn geworteld en gegroeid. Maar we zouden geen Mindfit zijn, als we niet over (regio) grenzen heen denken. Digitale toepassingen en nieuw aanbod geven ons vleugels. Vanuit ons verleden als pioniers verkennen we nieuwe wegen en schuwen nieuwe kansen niet. Met de blik vooruit, oplossingsgericht en vindingrijk. Onze professionaliteit dwingt ons ook voortdurend te toetsen op kwaliteit en duurzaamheid. Wat is er nodig, doen we het goed en wat kan er beter? En ons hart geeft ons in, dat wat we doen in het teken staat van de mentale gezondheid van zo veel mogelijk mensen. Nu en in de toekomst.

**Kwaliteit, zelfsturing en eigen regie. Dit bleek een aantrekkelijk concept voor eigenwijze pioniers**



# Waar we deel vanuit maken

Mindfit is onderdeel van Stichting Dimence Groep. We vertalen de ambities van de Dimence Groep naar wat past bij onze 'eigen wijze', zonder de verbinding met de andere stichtingen te verliezen. Dat maakt ons sterker, maar meer nog helpt het onze cliënt naar de beste, meest passende en effectieve vormen van hulp bij het versterken van zijn mentale gezondheid en welbevinden.

De belangrijkste speler is de cliënt en zijn naaste(n). We sluiten aan bij wat belangrijk is voor de cliënt en zijn (online) netwerk en bouwen samen van daaruit verder. Vanuit het gedachtegoed van gebalanceerde ggz kijken we naar de samenhang tussen kansen en belemmeringen op meerdere levensgebieden van de cliënt. Dat vraagt om samenwerking met partners binnen én buiten de zorg. We maken slimme coalities vanuit een gezamenlijke opgave. Zo werken we samen met partners in het sociaal domein,

formele en informele zorg in de wijk, peersupport, huisarts, Specialistische GGZ, onderwijs en wetenschap. Medezeggenschap zit verankerd in onze structuur, met korte lijnen naar cliënten- en ondernemingsraad. Maar ook burgerbetrokkenheid heeft onze aandacht. Zorgverzekeraars en gemeenten maken mede onze zorg mogelijk.

Innoveren zit ons in het bloed. We deinzen er niet voor terug ons daarbij te laten inspireren en uitdagen door externe partijen buiten ons gebruikelijke netwerk. Om ons aan het denken te zetten of ons kritisch te bevragen. Om het nét even anders te doen als dat beter is, of om op tijd te stoppen als dat wat we doen niet goed genoeg is.



## Op koers naar 2023 Dít gaan we doen!

**We leveren een belangrijke bijdrage aan de mentale gezondheid van zoveel mogelijk mensen. Zowel cliënt als netwerkpartner profiteert van onze energie, kennis, ervaring en aanpak. Zo kunnen we nog meer mensen bereiken met ons passende aanbod.**

We werken samen op domeinoverstijgende vraagstukken uitgaande van wat belangrijk is voor de cliënt. Het menselijk contact is de basis van ons werk en we voelen ons vrij om elke dag te leren en het beter te doen.

### Of we op de goede weg zijn moet blijken uit:

- de kwaliteit van onze bewezen interventies en best practices die leiden tot duurzame mentale gezondheid;
- de tevredenheid van onze cliënten;
- het werkplezier van medewerkers en onze naam als aantrekkelijke werkgever;
- onze innovaties die ook buiten Mindfit worden gezien;
- het vertrouwen dat verwijzers en financiers ons geven;
- onze positie in lerende netwerken met partners in zorg, sociaal domein, onderwijs en wetenschap;
- de toegankelijkheid en betaalbaarheid van onze zorg.

Onze koers voor 2021-2023 hebben we uitgewerkt in zes verschillende werkstromen. Deze werkstromen helpen ons om met aandacht en focus te doen wat nodig is.



# Zorg van kwaliteit met een duurzaam effect

**Kwaliteit is geen toeval. Het is altijd een combinatie van hard werken, leren en houden van wat je doet. De betekenis van kwaliteit ontstaat vanuit dialoog. Dialoog tussen professionals onderling en de dialoog met je cliënt. Kwaliteit is veelzijdig en er is nooit maar één opvatting.**

- Gebalanceerde GGZ! Met aandacht voor het verminderen van klachten en het bevorderen van welbevinden. We geven samen uitvoering aan dit concept, in samenhang met onze uitgangspunten positieve psychologie en oplossingsgericht werken.
- We bewijzen dat het zin heeft wat we doen. De ROM is een vanzelfsprekend onderdeel in de cyclus van meten, weten, leren en verbeteren.
- Samen beslissen is een basis van onze behandelvisie. We stimuleren zelfredzaamheid en het nemen van de regie over het eigen herstelproces.
- We verstaan de kunst van kortdurend behandelen en investeren in de ontwikkeling ervan.
- Ervaringskennis geeft een aanvullend perspectief op de doorontwikkeling van ons aanbod.
- De cliënt kiest. Onze cliëntreis maakt keuzemomenten inzichtelijk zodat de cliënt weet wat er mogelijk is en waarvoor hij kiest.
- Meer mensen eerder helpen vraagt om aandacht voor preventie, vroeg signalering en leefstijl, gebaseerd op positieve gezondheid. De grootste winst zit immers aan de voorkant.

**Samenwerken en verbinden is noodzakelijk vanwege de complexiteit van ons werk. En het is verrijkend! In de context van veranderende omstandigheden blijf je de bedoeling van je werk zien en handel je daarnaar. Je werkt vanuit het vertrouwen in het vakmanschap van je collega's en het vermogen te leren en te ontwikkelen.**

## Samen is het sleutelwoord



- We maken verbindingen en zoeken partnerschap op alle niveaus. Binnen de kring en tussen de kringen. Maar ook met naasten, met andere organisaties in de wijk, met de huisarts, de praktijkondersteuner GGZ en met de Specialistische GGZ.
- We maken deel uit van de Dimence Groep. Vanuit een gezamenlijk visie en ambitie trekken we samen op met de andere stichtingen en versterken elkaar.
- Een goede informatiestructuur en een vernieuwd intranet faciliteren goed samenwerken.
- De kringen geven vanuit zelforganisatie vorm aan hun team, in verbinding met elkaar, met andere kringen en als onderdeel van Mindfit als organisatie.
- Het team Service & Info ontwikkelt zich óók tot servicepunt voor cliëntadvies. Zij zijn het eerste aanspreekpunt voor de cliënt.
- In samenwerking met (Tech)bedrijven maken we de mooiste dingen mogelijk; toekomstgericht en ter ondersteuning van de eigen regie van de cliënt in een optimale (digitale) cliëntreis.





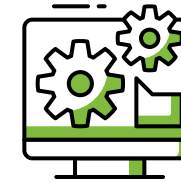
# De energie van Mindfit!

**Het werken aan duurzame mentale gezondheid geeft je plezier en maakt je trots. Zelforganisatie geeft je professionele ruimte en autonomie. Door een gedeeld eigenaarschap ben je medeverantwoordelijk voor de kansen en de risico's. Kennis delen we! Het helpt je beter te worden en het beter te doen. Dat is de energie van Mindfit!**

- De organisatie dat ben jij. We scheppen een klimaat waar persoonlijk leiderschap tot zijn recht kan komen. Medewerkers nemen verantwoordelijkheid voor hun taken, hun omgeving en voor hun persoonlijke ontwikkeling. Er is volop ruimte om te leren en om initiatief te nemen. Doen wat nodig is, gaat immers verder dan een taak uitvoeren. Vanuit zelfkennis en zelfbewustzijn zijn we aanspreekbaar op ons handelen.
- I-deals zijn persoonlijke werkafspraken op maat. Naast de zakelijke arbeidsvoorwaarden geven we invulling aan een flexibel sociaal - en psychologisch contract. Zo is er voor iedere medewerker ruimte om taken en rollen op passende wijze te combineren.
- We creëren ruimte voor inspiratie en verbinding.
- Er is tijd voor intervisie en reflectie binnen de kring, tussen de kringen en breder. We gebruiken deze tijd om stil te staan bij onze kwaliteit van zorg, reflecteren op ons professioneel handelen en delen onze kennis.
- Nieuwe collega's worden warm ontvangen. Met Mindstart maken zij kennis met de werkwijze van Mindfit en met andere collega's.
- Ons scholingsplan sluit aan bij onze behandelvisie en de actuele ontwikkelbehoefte van medewerkers, in iedere fase van hun loopbaan.
- Mindfit feestjes horen bij ons! Onze medewerkers zijn ons grootste goed. De energie van Mindfit is voelbaar binnen én buiten werktijd.

**Mindfit omarmt de inzet van (nieuwe) technologische mogelijkheden. Daarin trekken we op met DG Connected in ons gezamenlijke doel de cliënt zo veel als kan regie te laten voeren over zijn behandeling en zorg dichtbij mogelijk te maken. Daarnaast helpt het ons om efficiënt met onze tijd om te gaan en faciliteren we de keuzevrijheid van professionals en cliënten hoe ze de behandeling vorm willen geven.**

## Werken met technologie



- Onze online en offline toepassingen zijn gericht op het versterken van eigen regie en veerkracht. Blended behandelen is vanzelfsprekend voor Mindfit.
- Ons digitaal behandelplatform en digitaal aanbod is eigentijds en gebruikersvriendelijk. We ontwikkelen ons toekomstgericht en blijven voorop lopen.
- In samenwerking met kringen ontwikkelen we een Mindfit app, om de cliënt optimaal te ondersteunen in zijn behandeling.
- Onze nieuwe website is onderdeel van een optimale digitale cliëntreis.
- Het cliëntportaal is meer dan een online dossier. Het is een aantrekkelijke omgeving met alles wat de cliënt nodig heeft om zelf de regie te voeren over zijn behandeling.
- We staan open voor ontwikkelingen en innovaties die voortkomen uit Big Data. Denk daarbij aan kunstmatige intelligentie en machine learning.



# Nieuwe vragen, nieuwe antwoorden

**Mindfit is een werkplaats voor de toekomst. We denken na over hoe de zorg van de toekomst eruit ziet. We anticiperen op wat komen gaat en durven groot te denken en klein te beginnen. We bevorderen een duurzaam evenwicht tussen werk en privé. En je krijgt alle kans tot het ontwikkelen van jouw talent. Samen maken we duurzaamheid waar; people, profit, planet.**

- We hebben onze voelspriet in de samenleving en ontwikkelen nieuw (groeps)aanbod in aansluiting op nieuwe vragen en nieuwe doelgroepen.
- De stem van jongeren is hoorbaar binnen de Mindfit organisatie.
- We dragen bij aan sociale innovatie. Naast het ACT Young Adults behandelprogramma, ontwikkelen we met universiteiten en scholen een trainingsprogramma. Voor én met jonge mensen.
- Onze keuzen in vastgoed sluiten aan bij ontwikkelingen als thuiswerken en online behandelen én dragen bij aan elkaar ontmoeten en het plezierig werken op onze locaties.
- InTalk.nl ontwikkelt zich als platform voor ervaringsverhalen en zelfhulp.
- Met wetenschappelijk onderzoek in samenwerking met de Universiteit Twente leggen we een stevige basis onder de Mindfit werkwijze.
- We ontwikkelen zorginnovaties die waarde toevoegen en hebben een herkenbare propositie ten opzichte van opkomende online zorgaanbieders. Blended behandelen is ons uitgangspunt. In overleg met de cliënt zoeken we de juiste balans tussen online contact of op locatie, groepsaanbod of individuele behandeling.



# Huis op orde

**Met onze visie als basis werken we aan kwaliteit van zorg. Het leveren van kwaliteit geeft je voldoening en werkplezier. Dat vertaalt zich in goede resultaten en een solide financiële basis.**

- We geven handen en voeten aan 'samen sturen', met kwaliteit van zorg als uitgangspunt. De vraag 'Wat is goede zorg?' is leidend, meetbaar en inzichtelijk.
- De invoering van het zorgprestatie model in 2022 is een feit. We faciliteren de kringen met informatie, scholing en gebruikersgemak bij het werken met dit nieuwe bekostigingssysteem. We kijken naar kansen, maar hebben ook oog voor knelpunten en naar wat beter kan.
- Onze kringen zijn financieel gezond en dragen bij aan een organisatie die financieel op orde is.
- Samen met de Dimence Groep anticiperen we op ontwikkelingen en uitdagingen in de zorg en de samenleving. We onderzoeken en vinden vanuit solidariteit en verantwoordelijkheid onze weg in gezamenlijke vraagstukken vanuit het belang van goede zorg.



**Mindfit**

Pikeursbaan 3

7411 GT Deventer

T (088) 646 33 48

E [info@mindfit.nl](mailto:info@mindfit.nl)

[mindfit.nl](http://mindfit.nl)

