



ZORG VOOR ONTSPANNING

EEN INNOVATIEVE AANPAK VOOR COMPLETERE PATIËNTENZORG

In de hedendaagse gezondheidszorg is het streven naar een optimale balans tussen medische kwaliteit en patiëntcomfort essentieel. Medische behandelingen, in het bijzonder chirurgische ingrepen, kunnen voor patiënten tijdens een opname ondanks de goede zorg een bron van stress zijn. Dit kan het herstel beïnvloeden en de ziekenhuiservaring minder aangenaam maken.

Zorg Voor Ontspanning (ZVO) presenteert daarom de **432ZEN Stressreductiemethode™**: Het resultaat van ruim 12 jaar ontwikkeling is een non-invasieve benadering die speciale muzieksessies met sound design van 15 minuten gebruikt om stress en angst bij patiënten te verminderen. De patiënten hebben er een vrije toegang toe zonder extra belasting van het personeel zodat zij zelf te allen tijde de regie hebben over hun eigen mentale welzijn. ZVO is ontworpen om naadloos geïntegreerd te worden in de bestaande zorgprocessen van ziekenhuizen. Het biedt een extra laag van zorg en ondersteuning voor patiënten, terwijl het ook zorgpersoneel helpt om hun dagelijkse stress te beheren.

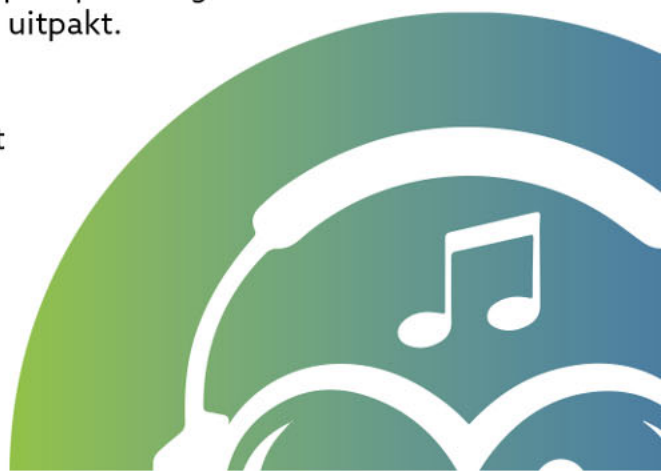


Voordelen voor Ziekenhuizen

Met ZVO verbetert de kwaliteit van de zorg en het herstel van patiënten. Wanneer de patiënten minder stress ervaren komt dit ook ten goede aan de sfeer en werkdruk van het zorgpersoneel. Op de lange termijn draagt ZVO bij aan een meer ontspannen en positieve ziekenhuiscultuur. De voordelen van een investering in ZVO overtreffen ruimschoots de kosten, waarbij het versterken van het imago en de positionering van het ziekenhuis als een innovatieve, op de patiënt gerichte zorgverlener op meerdere manieren financieel gunstig uitpakt.

Kosteloos Pilotprogramma

Ontdek de voordelen van ZVO voor uw ziekenhuis met ons exclusieve pilotprogramma. Zonder financiële verplichtingen krijgt u de kans om innovatieve zorgmethoden te ervaren en de positieve impact op patiënttevredenheid en zorgkwaliteit zelf te beoordelen. Grijp deze unieke kans om uw ziekenhuis voorop te stellen in patiëntgerichte zorginnovatie.



Ons Verhaal

Het begint wanneer oprichter en muziekproducent Fabian Schlosser, in 2011 na een traumatische gebeurtenis in zijn leven, op zoek gaat naar rustgevende muziek om momenten van ontspanning te creëren. Wanneer hij merkt dat dit met de muziek van anderen die hij vindt, geen bevredigende resultaten oplevert, begint hij zelf deze muziek te produceren. Dit blijkt echter niet gelijk effectief genoeg. Na een periode van uitproberen komt hij erachter wat het probleem is en vindt hij de oplossing. Voor iemand die stress ervaart, zijn speciaal geproduceerde elementen nodig die het brein afleiden van piekeren alvorens een overbrugging naar ontspanning te maken. Gaandeweg merkt hij ook dat verschillende momenten van de dag van invloed zijn op de werking. Iemand die net van slaap ontwaakt, heeft iets anders nodig dan iemand die al een halve dag wakker is of een hele dag achter de rug heeft en vol indrukken zit.

'Ik ben dankbaar dat ik na jaren van ontwikkelen en feedback nu hetgeen wat mij geholpen heeft in verbeterde vorm kan aanbieden om anderen te helpen.'

Fabian Schlosser (Oprichter | Psychoakoestisch Music Producer)



De 432ZEN Stressreductiemethode™

is het resultaat van ruim 12 jaar ontwikkeling en onderzoek, uitgevoerd met mensen die stress ervaren en zorgprofessionals. Het omvat drie verschillende receptieve muziektherapiesessies van elk ongeveer 15 minuten, ieder met een eigen structuur en uitwerking.

Ochtendsessie: Een zachte en verkwikkende start van de dag, ontworpen om patiënten te helpen ontwaken met een gevoel van rust en positiviteit.

Dagsessie: Gericht op het verlichten van de stress van de dag en het bevorderen van een gevoel van welbevinden, ideaal voor patiënten en personeel tijdens een pauze.

Avondsessie: Een diep ontspannende ervaring om patiënten te helpen zich voor te bereiden op een rustgevende nacht, ondersteunend voor een betere slaapkwaliteit.



Wetenschappelijk

De 432ZEN Stressreductiemethode™ is gebaseerd op uitgebreid onderzoek naar muziektherapie, waaruit blijkt dat muziek stress en angst kan verminderen en welzijn verbetert. Psychoakoestische benaderingen, gebruikt door Fabian Schlosser, focussen op geluiden en frequenties die ontspanning bevorderen, wat 432ZEN's effectiviteit in stressvermindering onderstreept. In de VS is meer dan 35 miljoen dollar geïnvesteerd in onderzoeken naar muziektherapie door het National Institute Of Health (2017-2023), wat de basis vormt voor toekomstige innovaties in gezondheidszorg. Op onze website is meer informatie te vinden over deze wetenschappelijke onderbouwing.

Toekomstig Onderzoek

We benadrukken ook onze toewijding aan voortdurend onderzoek en ontwikkeling. Hierbij vermelden we plannen voor toekomstige studies die specifiek gericht zijn op het valideren en verfijnen van de 432ZEN Stressreductiemethode™, waarbij we de medische gemeenschap en potentiële partners uitnodigen om deel te nemen aan dit onderzoek.



WAT IS DE FEEDBACK VAN ZORGPROFESSIONALS OP ZVO?



"Sinds een paar jaar gebruik ik deze muziek. Ik heb er zelf veel baat bij. Ik werk als geestelijk verzorger in een ziekenhuis en ik weet dat veel patiënten liggen te piekeren. Ik gun het ze om met deze muziek een modus te vinden om beter door een opname heen te komen. We zijn in mijn ziekenhuis bezig een pilot op te zetten. Ik denk dat de muziek patiënten gaat helpen om rust en ontspanning te vinden in moeilijke tijden."

Wouter Vlek (Geestelijk Verzorger Deventer Ziekenhuis)

"Tot heden toe gebruik ik deze sessies in periodes dat ik minder goed kan slapen én pas ik ze toe in mijn hulpverleningstrajecten. De sessies hebben tot nu toe vele jongeren geholpen om de nachten rustiger in te gaan. Dit waren jongeren met verschillende achtergronden en problematieken."

Destiny Komarica (Zelfstandig Zorgprofessional | SKJ)





"Toen ik aan het revalideren was na een operatie, was het ziekenhuis een behoorlijk hectische plek waar ik onrustig van werd. Deze muziek heeft mij daarbij geholpen en ik ben meer ontspannen geworden. Het leidde mijn gedachten af van de situatie. Als medisch assistent zie ik in dat deze muziek voordelen biedt voor je gezondheid en dat het je helpt om te stoppen met focussen op je omgeving evenals op je pijn."

Cindy Sue Coffman (Medisch Assistent)

KOSTEN & IMPLEMENTATIE: EENVOUD & FINANCIËLE VOORDELEN

Financiële Voordelen

ZVO is niet alleen een investering in de gezondheid en het welzijn van patiënten, maar ook een financieel voordelige keuze voor ziekenhuizen. Onze methode biedt substantiële economische voordelen die ver boven de initiële kosten uitstijgen.

Ziekenhuizen kunnen verwachten:

- Kortere verblijfsduur van patiënten door sneller herstel, wat leidt tot besparingen.
- Verminderde stress bij personeel, wat bijdraagt aan lagere personeelskosten door minder ziekteverzuim en personeelsverloop.
- Een verbeterd ziekenhuisimago en versterkte marktpositie, wat kan resulteren in een hogere patiëntentoevoer en potentiële inkomstenverhoging.

Kostenefficiëntie

De kosten van de implementatie van ZVO zijn gebaseerd op het totaal aantal beschikbare bedden in het ziekenhuis. Belangrijk is dat de kosten berekend worden voor de mogelijkheid tot aanbieden, niet op basis van daadwerkelijk gebruik. Dit zorgt voor voorspelbaarheid en beheersbaarheid in de budgettering.

Eenvoudige Implementatie

De implementatie van ZVO in uw ziekenhuis is ontworpen om naadloos en zonder grote inspanningen te verlopen.

Het proces omvat:

- **Vorbereiding:** ZVO past de benodigde materialen aan, zoals flyers en feedbackformulieren, afgestemd op uw ziekenhuisomgeving.
- **Technologie:** Het ziekenhuis integreert de 432ZEN muziekbestanden in het bestaande centrale systeem, zodat patiënten via bedside terminals toegang hebben. Alternatief kan gekozen worden voor het tijdelijk verstrekken van MP3-spelers gedurende de pilotperiode.
- **Flexibiliteit:** Beslissing of de pilot ziekenhuisbreed of per afdeling wordt uitgerold. Uiteindelijk is het doel een ziekenhuisbrede implementatie voor maximale impact.

Langdurige Samenwerking

ZVO streeft naar een langdurige samenwerking met ziekenhuizen, gericht op continue verbetering en aanpassing van de methode aan de veranderende behoeften van de zorgsector. Door ZVO te integreren in uw ziekenhuis, investeert u niet alleen in de gezondheid van uw patiënten, maar draagt u ook bij aan een financieel gezondere en efficiëntere zorginstelling. Met ZVO haalt u een innovatieve methode in huis die zowel op korte als lange termijn aanzienlijke voordelen oplevert.

WAAROM MEEDOEN AAN ONS KOSTELOZE PILOTPROGRAMMA?

Het pilotprogramma is ontworpen om ziekenhuizen de gelegenheid te bieden ZVO in hun eigen zorgomgeving te ervaren. Dit programma stelt ons in staat om samen met uw ziekenhuis enkele aanpassingen te maken die nodig zijn voor uw specifieke situatie, waardoor de methode goed integreert zonder conflict met bestaande zorgprocessen.



**ZORG VOOR
ONTSPANNING**

Even een moment voor jezelf om innerlijke rust te ervaren.

Welkom bij Zorg voor Ontspanning!

Wij begrijpen dat een ziekenhuisverblijf ondanks de goede zorg ook best nog stressvol kan zijn en willen je daarom iets speciaals aanbieden. Maak kennis met de 432ZEN Stressreductiemethode™, een innovatieve vorm van muziektherapie die speciaal is ontwikkeld om je welzijn te bevorderen. Door het gebruik van een hiervoor bestemde MP3-speler met hoofdtelefoon, kun je genieten van rustgevende muziek die is geproduceerd op basis van meer dan 12 jaar onderzoek en ontwikkeling.

Sessies

Elk dagdeel biedt een unieke sessie om je te helpen ontspannen en herstellen:

- **Ochtendsessie:** Begin je dag met een ontspannen en positief gevoel.
- **Dagsessie:** Neem een moment voor jezelf om op te laden.
- **Avondsessie:** Maak je hoofd leeg en bereid je voor op een goede nachtrust.

Tips voor een optimale ervaring

- **Volume:** Controleer of het volume aangenaam is voordat je begint.
- **Hoofdtelefoon:** Als het mogelijk is om je eigen oortjes te gebruiken kan dat ook.
- **Ontspanning:** Ga comfortabel liggen met armen naast je lichaam, probeer je met ogen dicht af te sluiten van de buitenwereld.
- **Comfort:** Een deken kan voor extra comfort zorgen.
- **Licht:** Bij fellicht kan een oogmasker of een washandje helpen.
- **Ademhaling:** Focus op buikademhaling; leg eventueel je handen op je buik en adem rustig.
- **Gedachten:** Probeer je hoofd leeg te maken en je volledig over te geven aan de muziek.
- **Visualisatie:** Stel je voor dat je op een mooie reis bent, genietend van prachtige vergezichten.

Feedback

Om de uitwerking van deze dienst te kunnen meten en verbeteren willen we je vragen na minimaal twee sessies, ons online feedbackformulier in te vullen en je ervaring anoniem met ons te delen. Dit kan gemakkelijk door onderstaande QR-code te scannen. Het is eventueel ook mogelijk om met pen een papieren feedbackformulier in te vullen. Deze zijn bij het zorgpersoneel aan te vragen.



@432ZEN_BOM/ZORGVOORONTSPANNING_NL



**ZORG VOOR
ONTSPANNING**
FEEDBACKFORMULIER

Alle antwoorden worden anoniem behandeld en helpen onze dienst te verbeteren. Graag invullen na minimaal twee sessies. Bij voorbaat dank!

1. Hoe waardeer je de mogelijkheid om op elk gewenst moment toegang te hebben tot de muzieksessies om stress te minderen?
 Niet waardevol Neutraal Waardevol
2. Maak een inschatting van je stressniveau VOOR de sessies (1=geen stress 10=veel stress)
01 02 03 04 05 06 07 08 09 10
3. Maak een inschatting van je stressniveau NA de sessies (1=geen stress 10=veel stress)
01 02 03 04 05 06 07 08 09 10
4. Hoeveel keer heb je gebruik gemaakt van de ochtendsessie?
01 02 03 04 05 06 07 08 09 10
5. Hoeveel keer heb je gebruik gemaakt van de dagsessie?
01 02 03 04 05 06 07 08 09 10
6. Hoeveel keer heb je gebruik gemaakt van de avondsessie?
01 02 03 04 05 06 07 08 09 10
7. Welke sessie vond je het meest effectief in het verminderen van stress?
 Ochtendsessie Dagsessie Avondsessie
8. Wat vond je van de lengte van de sessies?
 Te lang Precies goed Te kort
9. Helpen deze sessies je te ontspannen?
 Nee Neutraal/Niet zeker Ja
10. Zou je het gebruik van deze sessies aan andere mensen aanbevelen?
 Nee Misschien Ja
11. Hoe makkelijk was het om de muziek te vinden en af te spelen?
 Moeilijk Neutraal Makkelijk
12. Hoe voelt de hoofdtelefoon tijdens de sessies?
 Oncomfortabel Neutraal Comfortabel
13. Hoe beoordeel je de geluidskwaliteit van de hoofdtelefoon?
 Niet goed Neutraal Goed
14. Zou je het gebruik van de sessies ook thuis willen voortzetten?
 Nee Misschien Ja
15. Hoe waardevol vind je onze nieuwe dienst voor jouw ziekenhuiservaring?
 Niet waardevol Enigszins waardevol Zeer waardevol
16. Heb je een reactie, suggestie of wil je een ervaring delen dan kan dat hieronder:

Voorbeeld voorkant van de flyer die bij het ziekenhuisbed ligt (op de achterkant staat uitleg over afspelen muziek).

Voorbeeld van het papieren feedbackformulier voor mensen die het online feedbackformulier niet zelf kunnen invullen.

Tijdens de pilotfase van twee maanden, waar één maand ter voorbereiding aan vooraf gaat, verzamelen we feedback en voeren we op basis hiervan eventuele bijstellingen door om de methode te optimaliseren. Dit zorgt ervoor dat aan het einde van de pilotperiode uw ziekenhuis volledig is voorbereid op de volledige implementatie van ZVO, voor alle patiënten waardoor u de voordelen van onze methode kunt blijven benutten.



NEEM VOOR AANMELDING EN VRAGEN CONTACT MET ONS OP

W: zorgvoorontspanning.nl • E: fabian@zorgvoorontspanning.nl • T: 06-16667776