



De Doorbraakmethode

Informatiebrochure

De Doorbraakmethode is een keraanpak van PlusWIJken, een van de IZA-transformatieplannen van Gezond Zuid-Limburg. In PlusWIJken werken inwoners, welzijnsinstellingen, gemeenten, huisartsen, zorgorganisaties en zorgverzekeraars samen aan gezonde en vitale wijken waar inwoners een betere gezondheid en welbevinden ervaren. Meer informatie lees je op www.pluswijken.nl

mei 2026

Misschien heb je geregeld contact met je huisarts omdat je mentale en/of lichamelijke klachten hebt die het gevolg zijn van veel zorgen en problemen tegelijk. Bijvoorbeeld over geld, wonen, werk, kinderen, gezondheid of zorg. Lukt het niet om daar zelf of met hulp of ondersteuning van anderen uit te komen? Dan is de Doorbraakmethode misschien iets voor jou.



Waarom is een doorbraak nodig?

Om problemen écht op te lossen zodat je weer grip op je leven krijgt! Sommige mensen hebben vaak veel problemen tegelijk, zijn het overzicht kwijt, krijgen hulp van meerdere hulpverleners en hebben op korte termijn geen uitzicht op verbetering. Een duidelijke oplossing is er niet. En regels en systemen maken het vaak alleen maar moeilijker. We denken daarom omgekeerd: we kijken naar wat iemand écht nodig heeft om weer regie over het eigen leven te krijgen en zorgen dat dit binnen de regels kan.

Wat is een doorbraak en wat is de Doorbraakmethode?

Vaak is voor maatwerk een uitzondering nodig. Dit noemen we een doorbraak. Een doorbraak is een oplossing die niet standaard is. Met de Doorbraakmethode kijken we naar mogelijke uitzonderingen binnen de regels. We richten ons op wat jij écht nodig hebt om je leven weer op orde te krijgen. De Doorbraakmethode is een aanpak die is ontwikkeld door het Instituut voor Publieke Waarden (IPW).

Is de Doorbraakmethode iets voor jou?

Deze aanpak is geschikt voor jou als je:

- allerlei problemen tegelijk hebt (over geld, wonen, zorg, enzovoort),
- al hulp krijgt van meerdere instanties maar niet verder komt,
- situatie voorlopig niet beter lijkt te worden,
- openstaat voor een andere manier van hulp,
- en je zelf actief wilt bijdragen aan het mogelijk maken van de doorbraak.

Wie kan jou aanmelden?

- de huisarts
- een praktijkondersteuner
- een welzijnscoach
- een (medisch) maatschappelijk werker

Degene die je kan aanmelden, overlegt eerst met jou én vraagt je toestemming om je aan te melden. Daarna neemt iemand van de gemeente binnen enkele werkdagen contact op met je aanmelder. Samen bespreken ze of de Doorbraakmethode geschikt is voor jou. Als dat zo is dan neemt je aanmelder, of iemand van de gemeente, contact met je op.

Biedt de Doorbraakmethode geen oplossing voor jou, dan bespreekt de gemeente samen met je aanmelder andere mogelijkheden voor hulp.

Wat kun je verwachten?

Als de Doorbraakmethode geschikt is voor jou dan:

1. Neemt je aanmelder, of iemand van de gemeente, contact met je op om een afspraak te maken.
2. Komt een medewerker van de gemeente naar je toe voor een gesprek bij je thuis (als je dat goed vindt) of waar je op dat moment verblijft. Als je dat wilt, mag je aanmelder bij dit gesprek aanwezig zijn.
3. Bespreken jullie samen jouw situatie en hoe je naar je toekomst kijkt.
4. Brengen jullie in kaart wat nodig is om jouw doelen te bereiken en welke doorbraak daarvoor nodig is.
5. Maken jullie samen een doorbraakplan dat écht past bij jouw situatie.
6. Gaan jullie het plan uitvoeren. Daarvoor spreken jullie af wie wat doet, om de doorbraak te realiseren én daarna.

Wat kost deelname?

Meedoen aan de Doorbraakmethode is **gratis**. Het kost je niks. Wel vragen we eigen inzet en een actieve bijdrage van je bij de uitvoering van het doorbraakplan.

Vragen over de Doorbraakmethode?

Stel ze gerust aan diegene die jou wil aanmelden.

Meer informatie over de Doorbraakmethode lees je ook op de website van IPW:

www.doorbraakmethode.nl

