



BeweegKuur

HET BESTE RECEPT VOOR UW GEZONDHEID

De BeweegKuur is een gecombineerde leefstijl interventie (GLI), gericht op het realiseren van gezondheidswinst bij mensen met een (zeer) hoog gewichtgerelateerd gezondheidsrisico. In de interventie staat een combinatie van bewegen, gezonde voeding en gedragsverandering centraal. Vanaf 2019 wordt de BeweegKuur vergoed vanuit de basiszorgverzekering (Zvw).

De BeweegKuur is een programma van 2 jaar. Het eerste jaar bestaat uit de begeleidingsfase en het tweede jaar uit de onderhoudsfase. De BeweegKuur wordt uitgevoerd door lokale zorgprofessionals. De verwijzing van deelnemers naar de BeweegKuur verloopt altijd via de huisarts. Het beweegplan zet aan tot duurzaam bewegen en wordt uitgevoerd door de beweegprofessional. Het voedingsplan bestaat uit individuele en groepsbijeenkomsten en wordt uitgevoerd door de voedingsprofessional. De leefstijlcoach richt zich op het realiseren van een duurzame gedragsverandering op het gebied van energie-inname en lichamelijke activiteit.

Duurzame gedragsverandering

Om de resultaten bij deelnemers te borgen is gedragsverandering een belangrijke component. Voor het realiseren van gedragsverandering en gedragsbehoud maakt de leefstijlcoach gebruik van motiverende gespreksvoering. Daarbij heeft de deelnemer zelf de regie door zelfmanagement en het zelf formuleren van doelen.

Erkende interventie

BeweegKuur is een erkende interventie en daarmee een effectieve aanpak. De interventie is erkend op het niveau van 'Eerste aanwijzingen voor effectiviteit'. De Beweegkuur staat geregistreerd bij Loketgezondleven.nl van het RIVM.

Doelgroep

De BeweegKuur is voor mensen met een (zeer) hoog gewichtgerelateerd gezondheidsrisico met een inactieve leefstijl, die gemotiveerd zijn om hun gedrag te veranderen.

De uitvoerende professionals

Het projectteam van de BeweegKuur bestaat uit:

- de huisarts voor de doorverwijzing en afstemming
- de HBO leefstijlcoach
- de beweegprofessional (fysiotherapeut/ oefentherapeut)
- de voedingsprofessional (diëtist)
- lokale sport- en beweegaanbieders
- een BeweegKuur-instructeur/sportbuurtcoach (optioneel)
- een projectleider (optioneel)

De beweegprofessional, de voedingsprofessional en de praktijkondersteuner kunnen tevens de rol van leefstijlcoach uitvoeren. Daarvoor moeten zij aanvullende competenties hebben verworven, die zijn opgenomen in de relevante kwaliteitsregisters.

Beweegkuur

1e jaar

Huisartsenpraktijk:

- selectie en werving
- doorverwijzing

Leefstijlcoach (HBO):

- intake
- 7x 30 min begeleiding en follow-up

Beweegprofessional:

- 1x individueel beweegplan
- 2x 60 min groepsbijeenkomst
- introductie BeweegKuur-instructeur
- begeleiding naar lokaal beweegaanbod

Voedingsprofessional:

- 1x individueel voedingsplan
- 3x 60 min groepsbijeenkomsten

2e jaar

Leefstijlcoach:

- 5x 30 min begeleiding, follow-up en eindgesprek

BeweegKuur - instructeur:

- begeleiding bij terugval
- begeleiding lokaal beweegaanbod

Voedingsprofessional:

- 3x 60 min groepsbijeenkomsten

Informatie

De BeweegKuur is een erkende effectieve interventie van Huis voor Beweging.

Neem voor meer informatie contact op met:

Monique Hampsink T 06 22485922

Yrsa Wagemaker T 06 5321987

of mail naar info@huisvoorbeweging.nl

De volgende websites kunt u raadplegen:

www.beweegkuur.nl

www.gecombineerdeleefstijlinterventie.nl

www.huisvoorbeweging.nl/

bewegen-stimuleren/beweegkuur

Vergoeding Zorgverzekering

Vanaf 2019 wordt de BeweegKuur vergoed vanuit de basiszorgverzekering (Zvw). De huisarts kan voor mensen met een gezondheidsrisico door overgewicht de Beweegkuur GLI voorschrijven. In Nederland komen 5 miljoen mensen hiervoor in aanmerking. Zorgverleners die de BeweegKuur aanbieden, kunnen de kosten ervan declareren bij de zorgverzekeraar. De kosten voor de inzet van de HBO leefstijlcoach, de beweegprofessional en de voedingsprofessional binnen de BeweegKuur worden vergoed.

Investering BeweegKuur

De volgende kostenposten zijn verplicht voor het implementeren van de BeweegKuur:

- scholing BeweegKuur: € 595,- per projectteam (vrij van btw);
- licentie BeweegKuur: € 250,- per jaar (excl. btw).

Om de kwaliteit van de uitvoering van de BeweegKuur te waarborgen is de scholing BeweegKuur (één dagdeel) verplicht voor de leefstijlcoach, de beweegprofessional en de voedingsprofessional. Voor andere professionals uit het projectteam is de scholing niet verplicht, maar zij mogen zich wel gratis aansluiten. De opgeleide professionals worden geregistreerd in

het registratiesysteem van Huis voor Beweging. Deze registratie wordt door de zorgverzekeraar/zorggroep geraadpleegd bij het vergoeden van de BeweegKuur als GLI.

Starten met de BeweegKuur

Om te starten met de BeweegKuur als GLI moeten de volgende stappen worden doorlopen:

- 1 Draagvlak creëren voor implementatie van de BeweegKuur.
- 2 Aanmelden bij een zorgverzekeraar/zorggroep.
- 3 Samenstellen projectteam BeweegKuur.
- 4 Aanmelden bij interventie eigenaar; Huis voor Beweging.
- 5 Volgen scholing BeweegKuur van één dagdeel.
- 6 Uitrol BeweegKuur.