

BEWEEGKUUR, HET BESTE RECEPT VOOR UW GEZONDHEID



De BeweegKuur GLI is een gecombineerde leefstijl interventie, gericht op het realiseren van gezondheidswinst voor mensen vanaf een matig gewichtgerelateerd gezondheidsrisico. In de interventie staat een combinatie van bewegen, gezonde voeding en gedragsverandering centraal.

De BeweegKuur GLI is een programma van 2 jaar. Het eerste jaar bestaat uit de begeleidingsfase en het tweede jaar uit de onderhoudsfase. De BeweegKuur GLI wordt uitgevoerd door lokale zorgprofessionals. De verwijzing van deelnemers naar de BeweegKuur GLI 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.

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.

Erkende interventie

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

DOELGROEP

De BeweegKuur GLI is voor mensen vanaf een matig gewichtgerelateerd gezondheidsrisico met een inactieve leefstijl, die gemotiveerd zijn om hun gedrag te veranderen.

De uitvoerende professionals

Het projectteam 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 GLI-instructeur/sportbuurtcoach (optioneel)
- een projectleider (optioneel)

BeweegKuur GLI

1^e 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 GLI-instructeur
- begeleiding naar lokaal beweegaanbod

Voedingsprofessional:

- 1x individueel voedingsplan
- 3x 60 min groepsbijeenkomsten

2^e jaar

Leefstijlcoach:

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

BeweegKuur GLI-instructeur:

- begeleiding bij terugval
- begeleiding lokaal beweegaanbod

Voedingsprofessional:

- 3x 60 min groepsbijeenkomsten

STARTEN MET DE BEWEEGKUR GLI

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

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

Vergoeding Zorgverzekering

Vanaf 2019 wordt de BeweegKuur GLI 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 GLI 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 GLI worden vergoed.

Investing BeweegKuur GLI

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

- Scholing BeweegKuur GLI: € 595,- per projectteam (vrij van btw)
- Licentie BeweegKuur GLI: € 250,- per jaar (excl. btw)

Om de kwaliteit van de uitvoering van de BeweegKuur GLI te waarborgen is de scholing BeweegKuur GLI (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 GLI.



Meer over de BeweegKuur:

W: www.huisvoorbeweging.nl

E: info@huisvoorbeweging.nl