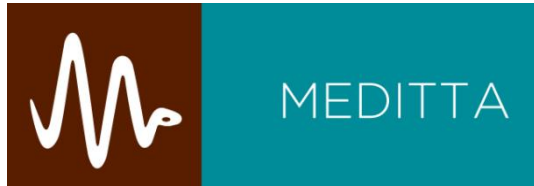


Multidisciplinaire ketenaanpak voor (kwetsbare) volwassenen (GLI)

healthyLIFE (Lifestyle Intervention For Everyone)

healthy**LIFE**

Multidisciplinaire ketenaanpak voor (kwetsbare) volwassenen (GLI)



Multidisciplinaire ketenaanpak voor (kwetsbare) volwassenen (GLI)

- Jorn van Harwegen den Breems
Projectmanager healthyLIFE

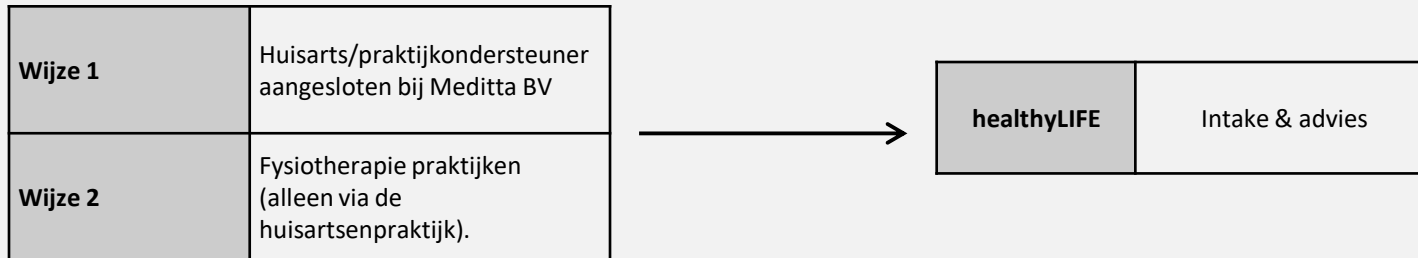
Algemene informatie HealthyLIFE

- Gecombineerde leefstijlinterventie voor (kwetsbare) volwassenen met overgewicht/obesitas.
- De pijlers bewegen, gedrag en voeding en Positieve Gezondheid zijn onderdeel van de GLI.
- Verlengstuk huisartsenpraktijk + werk POH

Inclusiecriteria healthyLIFE 2019

- 18 jaar en ouder met overgewicht (BMI 25-30) én een (matig) verhoogd risico op hart- en vaatziekten of DM2.
- 18 jaar en ouder met obesitas (BMI > 30), al dan niet in combinatie met een of meerdere chronische aandoeningen.
- Voldoende motivatie!

Doorverwijzing



Programma 2019

Basisprogramma + onderhoudsprogramma is 24 maanden

Per 12 maanden

- Intake en outtake → totaal 2 uur
- Individuele sessies → 2 x 45 min
- Groepsbijeenkomsten → 8 groepssessies van 90 min
- 14 beweegmomenten van 1 uur

Ontwikkeling van healthyLIFE

- Kennismakingsgesprek Anders Beter (2016)
- Samenwerking tussen CZ, Meditta en Ecsplora (2017)
- Coaching op Leefstijl (CooL)
- Pilotjaar 2017 en 2018

Landelijke en regionale ontwikkelingen

- Nationaal Preventieakkoord → Overgewicht en Obesitas
- Leefstijlcoaching in de basisverzekering → Coaching op Leefstijl
- Anders Beter → Triple aim
- Preventiecoalitie Sittard-Geleen ↔ CZ

Financiering HealthyLIFE

- Uitvoering leefstijlcoaching: Zorgverzekeraars
- Uitvoering beweegcoaching: Gemeenten
- Coördinatie + onderzoek: Provincie Limburg

De leefstijlcoach

- Contract zorggroep Meditta
- Volwaardig lidmaatschap BLCN
- Afgeronde opleiding AVLEG, Mark Academy of individuele accreditatie (Post HBO)
- Afgeronde Cool startinstructie + licentie
- AGB praktijkcode + zorgverlenerscode
- Positieve Gezondheid

Doelstellingen leefstijlcoaching

Meetbare verbeteringen in;

- **Leefstijl** (betere eetgewoontes, meer bewegen, minder zitten, meer investeren in goede slaap en ontspanning).
- **Gezondheid** (positieve verandering in fysieke waarden zoals gewicht, vetpercentage, middelomtrek, bloedglucose en cholesterol).
- **Kwaliteit van Leven/Positieve Gezondheid**

De beweegcoach

- Combinatiefunctionaris/buurtsportcoach of sportprofessional i.c.m. studenten FSH
- Afgeronde MBO/HBO sportopleiding
- Ervaring met de doelgroep
- Samenwerking met lokale partners
- Doorontwikkeling met lokale partners

Doelstellingen bewegcoaching

- Praktisch aan de slag!
- Kennis maken met de voordelen van bewegen
- Structureel beweegpatroon stimuleren
- Doorstroom naar bestaand sport- en beweegaanbod; vereniging, sportschool, MBvO enz.
- Ongeorganiseerde sport; wandelen, fietsen enz.

Samenwerkingspartners bewegcoaching

**Medi
Sport**
fysiotherapie & training




HELWEGEN & PETERS
FYSIOTHERAPIE



HUISARTS / FYSIOTHERAPIE
SANDERS


Health & Sports


Fontys
Sporthogeschool

CIOS
LEADERS IN SPORT.
SITTARD VENLO



Onderzoek

- In samenwerking met Universiteit Maastricht en Fontys Sporthogeschool, lectoraat Move to Be
- 0, 1, 2 en 3 meting verdeeld over 24 maanden
- Fysieke metingen, vragenlijsten en Positieve Gezondheid

Oplevering diverse wetenschappelijke publicaties

Terugblik 2018 tot nu

- Uitrol in Sittard-Geleen, Stein, Maasgouw en Roermond
- 700 doorverwijzingen vanuit de eerstelijns zorg
- 30 groepen, 450 deelnemers
- Samenwerking verschillende partners; diëtisten, sportprofessionals enz.

Vooruitblik 2019

- Uitrol + start in Maasgouw en Roermond
- Gesprekken met andere gemeenten: o.a. Beek, Beekdaelen, Echt-Susteren, Leudal, Roerdalen en (Neder)Weert
- Samenwerking met de Rabobank

Ketenaanpak + uitrol GLI werkt wel!

- Te kort aan leefstijlcoaches?
- Huisartsen + POH verwijzen niet door?
- Maximaal budget/plafond Ministerie van VWS?

Multidisciplinaire ketenaanpak voor (kwetsbare) volwassenen (GLI)

- Bedankt voor jullie aandacht!
- Meer info: www.ecsplore.nl/healthylife

Multidisciplinaire ketenaanpak voor (kwetsbare) volwassenen (GLI)

- “Zorg goed voor je lichaam, het is de enige plek waar je altijd moet leven”.
- <https://limburgpositiefgezond.nl/limburg/>