



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

# Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI)



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

# Cijfers overgewicht

- In 2020 had 50,0% van de Nederlanders van 18 jaar en ouder matig of ernstig overgewicht.
- Overgewicht komt vaker voor bij mannen dan bij vrouwen.
- Bij obesitas (ernstig overgewicht) is dat andersom: meer vrouwen hebben obesitas dan mannen.
- In totaal heeft 13,9% van de Nederlanders van 18 jaar en ouder obesitas.

(bron: RIVM)



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

# Wat houdt de GLI in?



[https://www.youtube.com/watch?v=gyM5jbSDP\\_g](https://www.youtube.com/watch?v=gyM5jbSDP_g)



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

## Voor wie is de interventie?

- Er is sprake van **overgewicht** bij een BMI Body Mass Index **BMI  $\geq$  25 kg/m<sup>2</sup>**.
- Er is sprake van **obesitas** of ernstig overgewicht bij een **BMI  $\geq$  30 kg/m<sup>2</sup>**.
- Bij een extra risicofactor gaat het om de aanwezigheid van risicofactoren voor Hart en Vaatziekten (HVZ) Diabetes Mellitus Type 2 (DM2) of de aanwezigheid van slaapapneu of artrose.
- Adolescenten **vanaf 16 jaar** kunnen deelnemen als de verwijzer en GLI Gecombineerde Leefstijlinterventie -aanbieder inschatten dat de jongere baat heeft bij het volgen van de GLI en hier cognitief en sociaal toe in staat is. Er is geen bovengrens t.a.v. leeftijd.



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

# Wie kan de interventie aanbieden?

- Leefstijlcoaches, diëtisten en fysio- en/of oefentherapeuten kunnen de gecombineerde leefstijlinterventie die vergoed wordt uit de basisverzekering geven.
- Waar nodig dient een aanbieder aanvullende competenties te verwerven die nodig zijn voor deze leefstijlinterventie.
- Een aanbieder kan de interventie alleen geven, maar kan die ook in samenwerking met anderen aanbieden.



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

# Overzicht met erkende gecombineerde leefstijlinterventies voor volwassenen.

- ▶ Slimmer
- ▶ COOL (Coaching op leefstijl)
- ▶ Samen Sportief in Beweging
  
- ▶ **BeweegKuur GLI** (Gecombineerde Leefstijl Interventie)



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

# Vergoed vanuit de basisverzekering

- ▶ Doorverwijzing van Huisarts, POH of medisch specialist noodzakelijk voor vergoeding.
- ▶ Geen eigen risico
- ▶ Bewegen wordt helaas niet vergoed vanuit zorgverzekeraars



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

## Inhoud GLI

- ▶ De vergoede GLI bestaat uit groepsbijeenkomsten en individuele consulten, waar deelnemers twee jaar ondersteuning krijgen.
- ▶ Het programma bestaat uit een behandelfase en een onderhoudsfase.
- ▶ De onderhoudsfase, in de regel het tweede jaar, is wat minder intensief en dient om de gedragsverandering te laten beklijven.
- ▶ Het daadwerkelijke bewegen realiseert de deelnemer in de eigen woon-/leefomgeving (niet vergoed vanuit de basisverzekering) en maakt geen deel uit van het programma; gemeenten hebben mogelijkheden om de deelnemer tegen gereduceerd tarief of gratis te laten bewegen.
- ▶ De deelnemer wordt geholpen om het juiste beweegaanbod in de eigen omgeving te vinden





cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

## Doelen van de GLI

- ▶ Gezonde voeding en het aanleren van gezonde eetgewoontes conform de richtlijn Goede Voeding;
- ▶ Gezond bewegen conform de richtlijn Gezond Bewegen en hoe dit in te passen in het dagelijkse bestaan;
- ▶ Inzicht en begeleiding t.a.v. een gezond slaappatroon, stressmanagement en ontspanningsoefeningen;
- ▶ Het werken aan gedragsverandering die nodig is om een gezonde leefstijl te verwerven en te behouden.



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

# Resulaat deelnemer





cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

# Stichting Cadans & Beweegkuur GLI

**Beweeg** Kuur GLI

HET BESTE RECEPT VOOR UW GEZONDHEID

- ▶ Sinds april 2019 aanbieder BeweegKuur GLI
- ▶ De kracht van een Multidisciplinair team
- ▶ HBO Leefstijlcoach - Diëtist – Beweegprofessional/Fysiotherapeut
- ▶ 3 pijlers Gedragsverandering – Voeding – Beweging
- ▶ Vanuit NL Actief Preventiecentrum Obesitas, Pré Diabetes
- ▶ Alles onder 1 dak
- ▶ Mogelijkheid tot beweging binnen Sportcentrum Leef! Olst-Wijhe
- ▶ Standaard Inbody Impedantie lichaamsmeting
- ▶ Integraal netwerk met Gemeente Olst-Wijhe, Huisartsen/POH, GGZ, Combinatiefunctionaris, Sportverenigingen.



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

# Stichting Cadans & Bewegingkuur GLI





cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

# Stichting Cadans & Bewegingkuur GLI

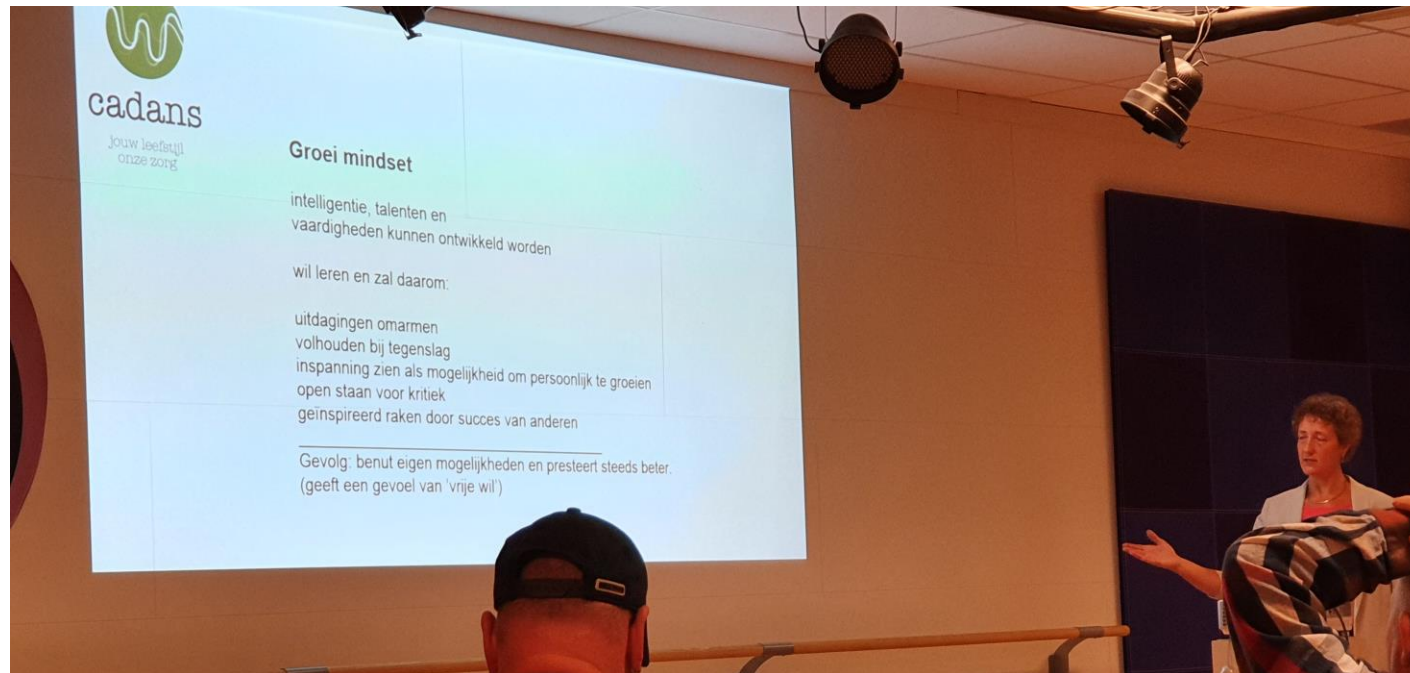
- ▶ Op dit moment 13 groepen met gemiddeld 14 deelnemers
- ▶ Gemiddelde resultaat bij 2 afgelopen groepen 11% gewichtsverlies
- ▶ In samenwerking met Gemeente Olst-Wijhe (WMO) een traject mini-GLI gestart. Dit zijn deelnemers die vanuit de WMO door de gemeente worden voorgedragen om uit de geïsoleerde omgeving te komen d.m.v een 3 maanden traject met een eventuele verlening van 3 maanden.
- ▶ Hierbij is overgewicht niet een criterium om deel te nemen, maar hanteren we wel de 3 pijlers Gedragsverandering – Voeding – Bewegen.



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

# Stichting Cadans & Bewegingkuur GLI





cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

# Toekomst Gecombineerde Leefstijlinterventie

- ▶ Meer aanbod per gemeente/regio
- ▶ GLI's gericht op doelgroepen (GGZ-Lage SES)
- ▶ Meer en betere samenwerking met huisartsen en PHO's, alsmede combinatiefunctionaris en buurtsportcoaches
- ▶ Betere vergoedingen vanuit NZA (Nederlandse zorgautoriteit)



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

# Kan de inzet van een buurtsportcoach worden bekostigd vanuit de GLI gelden?

- ▶ Nee
- ▶ De Gecombineerde Leefstijlinterventie gelden zijn niet bedoeld voor de buurtsportcoach, maar voor de werkzaamheden van de uitvoerders van de GLI (leefstijlcoach, diëtist, fysio- en oefentherapeut).
- ▶ De inzet van de buurtsportcoach kan bekostigd worden vanuit de buurtsportcoachregeling. De gemeente beslist voor welke werkzaamheden de buurtsportcoach wordt ingezet.





**cadans**

jouw leefstijl  
onze zorg

## De gemeente wil de buurtsportcoach niet voor de GLI inzetten. Wat kan ik doen?

- ▶ Als de buurtsportcoach geen specifieke activiteiten voor deelnemers van de Gecombineerde Leefstijlinterventie mag organiseren, is het raadzaam om het gesprek aan te gaan: wat kan de gemeente wel bieden?

Denk hierbij aan:

- ▶ Een overzicht geven van sport- en beweegaanbieders in de gemeente, zowel verenigingen als ongeorganiseerde sporten zoals fitness of beweegactiviteiten vanuit de welzijnsorganisatie;
- ▶ Contact leggen met lokale sport- en beweegaanbieders;
- ▶ Sport- en beweegaanbieders en zorgorganisaties informeren of enthousiasmeren om samen te werken, bijvoorbeeld door in de 'daluren' op een sportcomplex beweegaanbod aan te bieden.



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

# Gecombineerde Leefstijlinterventie & Buurtsportcoaches / Combinatiefunctionaris

- ▶ Aansluiting vinden van GLI aanbieders in de gemeente of regio
- ▶ Inwoners wijzen op de mogelijkheden van een interventie vanuit de basisverzekering
- ▶ Onderdeel zijn van de oplossing, door het aanbod te creëren van beweeg/sportaanbod gericht op de diverse doelgroepen
- ▶ Uitwisselen van ervaringen en ontwikkelingen
- ▶ Samenwerking met lokale/regionale sportaanbieders (zowel verenigingen als commerciële aanbieders)
- ▶ Verbreden van kennis en samen door ontwikkelen van een Gezonde leefstijl
- ▶ Sport & zorg zal steeds meer en meer in elkaar “verstrengeld” raken
- ▶ Voorzorg ipv nazorg wordt steeds belangrijker



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

## Hoe? Wat? Waar?

- ▶ Vanuit ons eigen werkveld, wat al samenwerkt met de zorgsector, buurtsportcoaches, huisartsen/POH's en gemeente, zijn wij heel erg benieuwd naar jullie ideeën om de samenwerking met buurtsportcoaches te optimaliseren.



cadans

jouw leefstijl  
onze zorg

Zijn er nog vragen?