**VACATURE: BEWEEGCOACH**

Als beweegcoach (BOV-coach) is het jouw taak om mensen te motiveren om dagelijks meer te gaan bewegen. Je begeleidt mensen die doorverwezen zijn door hun huisarts of specialist. Je gaat niet samen met de deelnemer bewegen maar je stelt samen een persoonlijk beweegplan op, rekening houdend met de input van de arts, de situatie, mogelijkheden en verwachtingen van de deelnemer.

Het project: Bewegen op Verwijzing (BOV)

Het BOV-project wil de ‘zittende’ Vlaming aan het bewegen krijgen. Want meer bewegen en minder lang stilzitten is een manier om het risico op gezondheidsproblemen te verkleinen.

De arts verwijst patiënten met een verhoogd gezondheidsrisico door naar de ‘BOV-coach’. In overleg met de BOV-coach krijgt de patiënt een beweegplan op maat: van een dagelijkse fietstocht naar het werk tot een wekelijks dans- of zwemuurtje in de buurt.

Meer informatie over het project op [www.bewegenopverwijzing.be](http://www.bewegenopverwijzing.be)

Jouw profiel

* Je beschikt over één van volgende diploma’s:
  + Master Lichamelijke Opvoeding en Bewegingswetenschappen
  + Master Revalidatiewetenschappen en Kinesitherapie of erkend zijn als kinesitherapeut
  + Bachelor Sport en Beweging
  + Bachelor Lichamelijke Opvoeding en Bewegingsrecreatie
* Je bent een motivator in gedragsverandering.
* Je bent bereid om een 3-daagse opleiding tot BOV-coach te volgen op
  + **08/12/2022, 14/12/2022** en **20/12/2022**
  + of hebt deze opleiding reeds gevolgd
* Je kan omgaan met maatschappelijk kwetsbare groepen.
* Je bent bereid je te verdiepen in de beweegmogelijkheden in de regio in de ruime betekenis van beweging.
* Je bent bereid om je voor te stellen tijdens een kennismakingsronde bij de lokale huisartsen/specialisten.
* Je bent bereid op een correcte manier feedback te bezorgen aan de huisarts over het beweegplan van zijn/of haar patiënt
* Je bent bereid om deel te nemen aan lokaal overleg om de werking van het BOV-project te optimaliseren.
* Je bent minstens 4u in de week beschikbaar om deelnemers te coachen en dit zowel overdag als ’s avonds (afhankelijk van het aanbod).

**Kennis en inzicht**

* Inzicht in gedragsverandering, versterking van mensen (gepaste strategieën en modellen voor

gedragsverandering, doelgroep-specifieke gedragsdeterminanten)

* Basiskennis van inspanningsfysiologie en functionele anatomie
* Kennis van de invloed van beweging op het menselijk lichaam
* Kennis over het opstellen van een beweegplan op maat
* Kennis van internationale gezondheidsrichtlijnen en evidence-based methodieken van

gezondheidsbevorderend bewegen en programma’s die nodig zijn om mensen te laten

bewegen

* Kennis van gezondheidsbevordering en ziektepreventie (die beweging overstijgt in functie van deskundige doorverwijzing naar professionals in andere leefstijlthema’s) en van methodieken ikv gezondheidsbevordering
* Kennis hebben over maatschappelijke kwetsbaarheid
* Kennis van beweegmogelijkheden in de regio in de ruime betekenis van beweging
* Kennis van terugbetalingsmogelijkheden van deelname aan beweegaanbod (mutualiteiten,

sportcheques, uitpas, … )

**Vaardigheden**

* Kan verwijzing van de huisarts correct interpreteren
* Kan de beginsituatie van deelnemer inschatten op fysiek, sociaal en mentaal vlak.

Bijvoorbeeld fysieke fitheid, financiële drempels, motivatie...

* Kan gebruik maken van een motiverende gespreksvoering en noodondersteunende

coachingstijl

* Kan een individueel aangepast beweegplan opmaken, tussentijds evalueren en bijsturen

rekening houdend met de risicofactoren bepaald in de verwijzing van de huisarts, de

doelstellingen van de deelnemer en doelgroepspecifieke gedragsdeterminanten (psychosociaal

en omgeving). Het plan kan zich richten op het spectrum van sedentair gedrag en/of fysieke

inactiviteit als beginpunt tot dagelijks bewegen of tot startende recreatieve sportparticipatie

als finaal eindpunt

* Kan omgaan met maatschappelijk kwetsbare groepen
* Kan actief doorverwijzen naar beweegaanbod (contact, meegaan,…) en geschikte

bewegingsmethodieken

* Kan kritisch naar beweegaanbod kijken en geschiktheid (voor elke deelnemer),

laagdrempeligheid en duurzaamheid inschatten

* Minimale digitale kennis (digitaal formulier, feedback arts, bijhouden website/blog/facebook)
* Kan op een methodologisch-didactisch en ethisch verantwoorde wijze groepen begeleiden in

een groepsgesprek waarbij de deelnemers gemotiveerd worden hun individueel beweegplan

vol te houden en deel te laten uitmaken van hun leven.

* Kan functioneren in een multidisciplinair team en deelnemers motiveren naar andere

(doelgroepspecifieke) methodieken en diensten (vb TAD, voeding, OCMW) met oog op

gezondheidswinst op fysisch, mentaal en sociaal vlak.

**Houding**

* Empathisch en open, met respect voor de waarden van de cliënt, hoe weinig motivatie of

ervaring deze ook heeft met beweging

* Open houding in samenwerking met partners, actoren in het werkveld
* Professioneel engagement om te werken met maatschappelijk kwetsbaren incl. psychisch
* kwetsbare mensen, mensen met migratieachtergrond

Gezocht: BOV-coach

Het project ‘Bewegen op Verwijzing’ in Eerstelijnszone West-Limburg zoekt een beweegcoach voor gemeenten Beringen, Ham, Leopoldsburg en Tessenderlo die op zelfstandige basis aan de slag kan.

Je kan je makkelijk binnen de gemeente(s) verplaatsen.

Aanbod

Je gaat op zelfstandige basis aan de slag en krijgt 60 euro per uur coaching. De vergoeding wordt berekend per begonnen kwartier. Je kan hierbij gebruik maken van een digitaal registratiesysteem. In je opdracht als BOV-coach word je ondersteund door een lokaal netwerk (sportdienst, OCMW, zorgverstrekkers, aanbieders van beweegaanbod, …).

Interesse?

Stuur jouw CV, motivatiebrief en eventuele voorkeur voor een gemeente vóór 12 november 2022 naar nel.mermans@eerste-lijn.be.