

BEWEGEN OP VERWIJZING

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Bewegen Op Verwijzing breidt uit! Ook maatschappelijke werkers kunnen vanaf nu doorverwijzen.

Kiezen voor een actievere levensstijl? Dat wordt nog makkelijker. Want Bewegen Op Verwijzing breidt uit! Tot voor kort kon alleen de (huis)arts doorverwijzen naar een Bewegen Op Verwijzing-coach. Maar vanaf nu mogen ook kinesitherapeuten zo'n verwijfsbrief aan hun patiënten bezorgen. Want beweging hélpst.

Vorig jaar schakelden 2.258 Vlamingen een Bewegen Op Verwijzing-coach in om hen te helpen om meer te bewegen. En met succes, want maar liefst 92% was tevreden met het resultaat.

Voordelen van Beweging

Meer bewegen heeft tal van voordelen. Je voelt je beter in je vel, je bent zelfredzamer, je hebt een hogere concentratie en je zelfbeeld wordt positiever. Maar bewegen helpt ook tegen stress, angst, vereenzaming en depressie. Vandaar dat beweging vaak een erg waardevolle ondersteuning is in de begeleiding van mensen in een maatschappelijk kwetsbare situatie. Maar meer willen bewegen is één ding, het ook effectief doen een ander. Soms is een klein duwtje in de rug nodig om in actie te schieten. Een Bewegen Op Verwijzing-coach kan hierbij helpen.

Wat doet een Bewegen Op Verwijzing-coach?

Bewegen Op Verwijzing helpt mensen op weg naar een actiever leven aan de hand van **professionele coaching en een beweegplan op maat**. De coach motiveert, ondersteunt en helpt de patiënt. Dit project richt zich op mensen die de bewegingsaanbeveling niet halen of die te lang stilzitten. Daarnaast kan ook iedereen die niet weet hoe meer te bewegen hulp zoeken bij een coach. In 82% van de Vlaamse en Brusselse gemeenten vind je een Bewegen Op Verwijzing-coach.

Een kort woordje uitleg van onze BOV coach in RupeLaar:

<https://youtu.be/YDr61oMMiCg?feature=shared>

Waarom maatschappelijk werkers?

De afgelopen jaren hadden 4 op de 10 deelnemers van Bewegen Op Verwijzing recht op een verhoogde tegemoetkoming. Het bereiken van mensen in een maatschappelijk kwetsbare positie is erg belangrijk om de gezondheidskloof niet te vergroten. Daarom is de maatschappelijk werker een belangrijke nieuwe verwijzer. Maatschappelijk werkers zorgen er mee voor dat iedereen toegang heeft tot alle rechten en voorzieningen. Bewegen Op Verwijzing helpt bij de zoektocht naar een nuttige en actieve dagbesteding en zorgt zo voor fysieke, mentale en vaak ook sociale gezondheidswinst. Zo ondersteunt Bewegen Op Verwijzing ook het welzijn van jouw cliënten.

Bewegen Op Verwijzing werkt

Bewegen Op Verwijzing werd vorig jaar in 12 pilootregio's uitgetest. 92% van de deelnemers was tevreden met hun beslissing om deel te nemen. En de aanpak van de coaches wérkt: 75% van de participanten had op het einde van het traject de

BEWEGEN OP VERWIJZING

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

beweegdoelstelling volledig behaald en 17% gedeeltelijk. Die positieve cijfers worden nog eens weerspiegeld in het feit dat 8 op de 10 verwijzers ook in de toekomst opnieuw gebruik willen maken van Bewegen Op Verwijzing.

Ondersteuning

Als maatschappelijke werker sta je er niet alleen voor! Een patiënt verwijzen kan op verschillende manieren: via de online [verwijstool](#), een papieren verwijsblok of een eigen verwijsbrief. Een officiële verwijsbrief motiveert de patiënt en zorgt ervoor dat ze, aan een erg voordelig tarief, beroep kunnen doen op een professionele en goed opgeleide Bewegen Op Verwijzing-coach.

Een papieren verwijsblok kan aangevraagd worden via Vlotter door te mailen naar inge.hellemans@vlotter.be

Bewegen Op Verwijzing wordt gefinancierd door het departement Zorg en gecoördineerd door het Vlaams Instituut Gezond Leven vzw samen met verschillende partners, zoals de Vlaamse Logo's, VIVEL, Domus Medica.

Meer weten? Volg dan de korte e-learning op gezondlevenacademie.be. Ook op www.bewegenopverwijzing.be vind je meer info. Je kan er ook het verwijsblok en allerlei materialen bestellen, bijvoorbeeld voor in de wachtzaal.



BEWEGEN P VERWIJZING

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN