

## Verschillen tussen de diverse GLI programma's

Programma	Cool	Beweegkuur	Slimmer	KeerDiabetes2om (KDO)
<b>(oorspronkelijk) Doel</b>	Gewichtsverlies door gezonde(re) leefstijl	Deelnemers in beweging krijgen richting NNGB	Leefstijl verbeteren om zo obesitas en het risico op type 2 diabetes te verminderen	DM2 voorkomen of medicatie in beginstadium afbouwen in combinatie met verbetering kwaliteit van leven
<b>Doelgroep</b>	Mensen met overgewicht of obesitas	Inactieve mensen (met overgewicht)	Mensen met obesitas of overgewicht met een verhoogd gezondheidsrisico	Mensen met pre-diabetes of diabetes type 2
<b>Inclusiecriteria</b>	<p><b>Basis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 18+</li> <li>* BMI &gt; 25 met verhoogd risico op CVZ of DM2 of</li> <li>* BMI &gt; 30</li> </ul> <p><b>Aanvullend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Voldoende gemotiveerd</li> </ul>	<p><b>Basis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* BMI 25-30 met buikomvang 88+ (vrouwen) of 102+ (mannen), OF</li> <li>* BMI 25-30 met co-morbiditeit (hypertensie, dyslipidemie, diabetes, CVZ, artrose, slaap apneu), OF</li> <li>* BMI 30-35, OF</li> <li>* BMI 35-40 zonder co-morbiditeit (let op: voor deze groep gelden aanvullende voorwaarden m.b.t. uitvoerders)</li> </ul> <p><b>Aanvullend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Voldoende gemotiveerd</li> <li>* Huidige leefstijl inactief (voldoet niet aan bewegingsrichtlijnen)</li> </ul>	<p><b>Basis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Volwassenen met overgewicht (BMI 25-30) en een verhoogd gezondheidsrisico, OF</li> <li>* Volwassenen met obesitas (BMI 30-40)</li> </ul> <p><b>Aanvullend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Bereid en in staat om 2 jaar het leefstijlprogramma te volgen</li> </ul>	<p><b>Basis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Diabetes type 2 of pre diabetes</li> <li>* Vergrote buikomvang /overgewicht (BMI &gt; 25)</li> <li>* Leeftijd &lt; 80</li> <li>* Toegang tot een computer en een eigen e-mailadres</li> </ul> <p><b>Aanvullend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Motivatie voor leefstijlverandering</li> <li>* Bereid en in staat om 2 jaar het leefstijlprogramma te volgen</li> </ul>

<b>Exclusiecriteria</b>	<p><i>Geen harde eisen maar advies om deelnemers te excluderen met volgende kenmerken:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Nederlandse taal niet of voldoende beheersen</li> <li>* Gedragsproblemen</li> <li>* Verstandelijke beperking (IQ&lt;80)</li> <li>* Onderliggende psychopathologie</li> <li>* Behandelbare onderliggende oorzaken, wils- onbekwaam</li> </ul>	<p>Bij BMI tussen 35 en 40:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Co-morbiditeiten: hypertensie, dyslipidemie, diabetes, CVZ, artrose en slaap apneu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Diagnose diabetes</li> <li>* BMI 40+</li> <li>* Risicofactoren of co-morbiditeit die deelname programma gedurende 2 jaar verhinderen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Diabetes Mellitus type 1</li> <li>* eGFR &lt;30 ml/min/1,73m<sup>2</sup> (tussen 30-45 in overleg)</li> <li>* COPD Gold III of IV</li> <li>* Recent MI (&lt;3 maanden)</li> <li>* Ernstig hartfalen</li> <li>* Eetstoornis/ maag-verkleining</li> <li>* Veganistisch voedingspatroon</li> </ul>
<b>Centrale zorgverlener</b>	Leefstijlcoach	POH-er (in de rol van leefstijlcoach)	Casemanager (dit kan één van de uitvoerende professionals zijn)	Afstemming met eigen zorgverlener
<b>Uitvoerder en competenties</b>	Leefstijlcoach (geaccrediteerde HBO+ opleiding tot leefstijlcoach volgens competentieprofiel, lid van BLCN)	<p>Voedingsprofessional (<i>niet gekoppeld aan opleidings-criteria, omschreven met minimale competenties</i>)</p> <p>Beweegprofessional (<i>idem voedingsprofessional</i>)</p> <p>Leefstijlcoach (HBO+, BLCN profiel)</p>	Multidisciplinair team dat kan bestaan uit: <ul style="list-style-type: none"> <li>* Huisartsenpraktijk</li> <li>* Voedingsprofessional</li> <li>* Beweegprofessional</li> <li>* Leefstijlcoach (HBO+, BLCN profiel)</li> <li>* Buurtsportcoach /beweegmakelaar</li> <li>* Competenties uitvoerders beschreven in programma handboek</li> </ul>	Begeleiding door gespecialiseerd team: <ul style="list-style-type: none"> <li>* Verpleegkundige</li> <li>* Diëtist</li> <li>* Gecertificeerde coach</li> <li>* Programma coördinator + Huisarts en internist als achterwacht</li> </ul> <p>Altijd in afstemming met eigen zorgverlener</p>
<b>Interventie eigenaar</b>	Expertisecentrum Leefstijlinterventies	Huis voor Beweging	GGD Noord- en Oost-Gelderland	Stichting Voeding Leeft

<b>Coördinatie</b>	Minder relevant i.v.m. uitvoering door één persoon: de leefstijlcoach.	Uitvoering door team van HA, fysio, diëtist en leefstijl- adviseur (POH of fysio)	Coördinatie door casemanager (lokaal maatwerk); Uitvoering door multidisciplinair team; Optioneel: stuurgroep met vertegenwoordigers alle betrokkenen.	Uitvoering door vast multidisciplinair team: verpleegkundige, diëtist, gecertificeerde coach, programmacoördinator
<b>Financiering GLI</b>	Inzet leefstijlcoach uit basiszorgverzekering	Inzet team uit basiszorgverzekering	Inzet team uit basiszorgverzekering	Vergoed vanuit het basispakket voor elke verzekerde met pre-diabetes, diabetes type 2 zonder medicatie of alleen metformine
<b>Aanvullende financiering (verplicht dan wel optioneel)</b>	Gemeente: Inzet buurtsportcoach (1x 90min)	Gemeente: Inzet buurtsportcoach Inzet Bewegkuur Instructeur Zorgverzekering: 3 individuele consulten diëtist <b>Klant: bewegen onder begeleiding</b>	Gemeente: <b>Inzet buurtsportcoach/bewegmakelaar</b>	Mensen met diabetes type 2 die SU-derivaten en/of insuline is het fysieke programma beperkt vergoed door VGZ, Menzis en DSW
<b>Programma opzet</b>	<b>Basisprogramma</b> (0-8 mnd): 1 intake 8 groepssessies van 90min 2 individuele sessies 1 outtake	<b>Basisprogramma</b> (0-12 mnd): <u>Voeding:</u> 1 intake voedingsprofessional groepssessies 3 individuele consulten bij diëtist (niet bekostigd uit GLI!) <u>Bewegen:</u> Begeleiding naar regulier beweegaanbod (buurtcoach/bewegkuur instructeur) Bewegen onder begeleiding (24u)	<b>Basisprogramma</b> (0-12 mnd): Deelprogramma Casemanagement en Gedragsbehoud Casemanagement 2 groepsbijeenkomsten Deelprogramma Bewegen 1x leefstijlanalyse en beweegplan 24x <b>groepsles</b>  <b>Begeleiding naar lokaal beweegaanbod</b>	Alle sessies zijn online. <b>Intensive fase</b> (0-6 maanden): Startdag Terugkomdag na 1 maand (pijler: voeding) Terugkomdag na 3 maanden (pijler: bewegen) Terugkomdag na 4,5 maanden (pijler: ontspanning) Terugkomdag na 6 maanden (pijler: slaap) Tussendoor online community

	<p><b>Onderhoudsprogramma (9-24mnd):</b> 1 intake 8 groepsessies van 90min 2 individuele sessies 1 outtake</p>	<p><u>Leefstijlcoach:</u> 7 individuele sessies</p> <p><b>Onderhoudsprogramma (12-24mnd):</b> Leefstijlcoach: 3 maandelijkse controle (totaal 5x) Voeding: 3 groepsessies, optioneel: 3 individuele consulten Bewegen: idem basisprogramma. Huisarts: 3 maandelijkse controle op co-morbiditeiten.</p>	<p><b>Deelprogramma Voeding</b> 1x voedingsanalyse en behandelplan 3x individueel consult 1x groepsbijeenkomst</p> <p><b>Onderhoudsprogramma (13-24 maanden)</b> Deelprogramma Casemanagement en Gedragsbehoud 4x individuele begeleiding en follow-up 1x eindgesprek Deelprogramma Bewegen Begeleiding bij terugval (optioneel)</p>	<p><b>Inspiratie traject (6-24 maanden)</b> Online community Inspiratie Webinars</p>
<p><b>Inhoud</b></p>	<p>Open interventie waarbij de regie bij de deelnemer ligt en waarbij einddoelstellingen zijn geformuleerd op: Doelen en motivatie Aspecten van een gezonde leefstijl (Blijvende) gedragsverandering Persoonlijke ontwikkeling Sociale context</p>	<p>Normerende doelstellingen voor voeding (Richtlijnen Goede Voeding 2015) Normerende doelstellingen voor beweging (Beweegrichtlijnen 2017, beweegdosis van 1200-2000kcal per wk) Aangevuld met persoonlijke doelstellingen op fysieke kenmerken, gedrag en activiteiten</p>	<p>Normerende doelstellingen voor voeding (Richtlijnen Goede Voeding 2015 en NDF voedingsrichtlijn diabetes 2015) Normerende doelstellingen voor beweging (Beweegrichtlijnen 2017)</p>	<p>* Focus op de eigen regie van de deelnemer door middel van 4 pijlers: voeding, beweging, ontspanning &amp; slaap. * Groep van 20 tot 30 deelnemers</p> <p><b>Online community</b> * Ervaringen delen * Voortgang meten * Omkeerproces * Recepten * Bibliotheek * Agenda</p>