

## FACT SHEET

### DE GECOMBINEERDE LEEFSTIJLINTERVENTIE (GLI)

Hulp bij overgewicht wordt per 2019 vergoed vanuit het basispakket van de zorgverzekering en is bedoeld voor mensen met een gezondheidsrisico door overgewicht. De huisarts kan voor deze groep een Gecombineerd Leefstijlinterventie (GLI) programma voorschrijven. U neemt de verwijzing mee naar ons, waar u zich kan inschrijven voor de GLI. Wij zorgen dan voor de verdere afhandeling en plannen de eerste afspraken.

#### Voor wie?

De BeweegKuurGLI is bedoeld voor mensen vanaf een matig gewichtgerelateerd gezondheidsrisico. Het gaat om mensen met een inactieve leefstijl, die gemotiveerd zijn om hun gedrag te veranderen. De verwijzing verloopt altijd via uw huisarts.

#### Doel

Het doel van de BeweegKuurGLI is het realiseren van gezondheidswinst door middel van de combinatie bewegen, gezonde voeding en gedragsverandering. Hierin heeft u als deelnemer zelf de regie door middel van het stellen van realiseerbare doelen en zelfmanagement. In overleg worden beslissingen genomen om uw gedrag en eetpatroon te veranderen. Dit doen wij in samenspraak met u, in plaats van dat aan u op te leggen.

#### Duur BeweegKuurGLI

De BeweegKuur is een programma van 2 jaar waarvan de begeleidingsfase 1 jaar duurt en de onderhoudsfase 12 maanden.

| SESSIES 1E JAAR BEWEEGKUUR-GLI  | SESSIES 2E JAAR BEWEEGKUUR-GLI   |
|---|--|
| <b>Huisartsenpraktijk:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Selectie en werving</li><li>• Doorverwijzing</li></ul>   |  |
| <b>Leefstijlcoach:</b><br>1x intake en doorverwijzing van 30 minuten &<br>7x 30 minuten begeleiding en follow up            | <b>Leefstijlcoach:</b><br>5x 30 minuten begeleiding en follow up   |
| <b>Beweegprofessional:</b><br>1x individueel beweegplan &<br>2x 60 minuten groepsbijeenkomst                                | <b>BeweegKuur-instructeur/buurtsportcoach:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• begeleiding bij terugval</li><li>• wbegeleiding lokaal beweegaanbod</li></ul> |
| <b>Voedingsprofessional/ diëtist:</b><br>1x individueel voedingsplan van 30 minuten en<br>3x 60 minuten groepsbijeenkomsten | <b>Voedingsprofessional/ Diëtist:</b><br>3x 60 minuten groepsbijeenkomsten   |

## Meer bewegen

Meer gaan bewegen is indirect onderdeel van de GLI, alleen dit onderdeel zal niet worden vergoed door uw zorgverzekeraar. U staat vrij om uw vorm van bewegen zelf te kiezen, let wel; huishouden, werk en tuinieren vallen hier niet onder, activiteiten als bijvoorbeeld wandelen en fietsen wel. Er bestaat de mogelijkheid om gedurende de eerste 6 maanden van de GLI tegen een gereduceerd tarief bij ons sportcentrum te komen sporten, vraag hiernaar bij uw beweeprofessional of leefstijl coach.

## Wie voert de BeweegKuurGLI uit?

De BeweegKuurGLI - richtlijnen omschrijven welke professionals de BeweegKuurGLI mogen uitvoeren. Leef! heeft alle professionals in huis om de Beweegkuur GLI onder 1 dak te kunnen draaien. Het team van de BeweegKuur bestaat uit een:

- Huisarts voor de doorverwijzing en afstemming
- Ons gespecialiseerde team bestaande uit een:
  - HBO Leefstijlcoach\*
  - Beweeprofessional\*
  - Voedingsprofessional/diëtiste\*
- Eventueel een sportbuurtcoach
- Eventueel een projectleider
- Eventueel de lokale sport- en beweegaanbieders

\* *Vanuit de Zorgverzekeringswet worden de HBO Leefstijlcoach, de beweeprofessional en de voedingsprofessional vergoed.*

## Hoe kan u worden verwezen naar de BeweegKuurGLI?

Uw huisarts is altijd degene die de deelnemers daadwerkelijk verwijst. De huisarts beslist in alle gevallen of u recht heeft op deelname en word doorverwezen. U dient dus altijd eerst een verwijzing op te halen bij uw huisarts alvorens u kan starten. Met deze verwijzing komt u dan bij ons.

## Kosten en vergoeding BeweegkuurGLI

Het traject van 2 jaar kost in totaal €787,20, afhankelijk van bij welke zorgverzekeraar u verzekerd bent word de GLI voor 100% (gecontracteerde zorg) of 75% (niet gecontracteerde zorg) vergoedt.

Voor 2019 zijn er door de meeste verzekeraars geen contracten met zorgaanbieders afgesloten waardoor de GLI veelal nog onder de niet gecontracteerde zorg valt en maar voor 75% word vergoedt. Wij hebben met Salland Verzekeringen wel een regeling waarbij u wel 100% vergoed krijgt.

