



**Revalidatie,  
Sport en Bewegen**

**Het SPORTLOKET**

Hans Leutscher  
programmamaleider

8 april 2010

## Historie

1997 – 2001 Revalidatie en Sport met 9/13 revalidatiecentra

Samenwerking tussen Revalidatie Nederland en NEBAS

13.000 doorverwijzingen

50/ 70% sport nog na één jaar

Ontstaan van netwerk in de regio

Kenniscentra

## Aanleiding

Veel mensen met een lichamelijke beperking en of chronische aandoening hebben een inactieve leefstijl

Voor mensen met een lichamelijke beperking  
zou een lichamenlijk actieve leefstijl:

- \* Dagelijks functioneren kunnen verbeteren
- \* Risico op secundaire gezondheidsproblemen verlagen

## Doelstelling

Het verminderen van de inactiviteit van chronisch zieken/gehandicapten dmv een counseling/verwijzingstraject

gericht op stimuleren van een lichamelijk actieve leefstijl

voor revalidanten op:

- \* Sportdeelname
- \* Dagelijkse lichamelijke activiteit

# Revalidatie, Sport en Bewegen in het ziekenhuis

Protocol doorverwijzing invoeren

Inrichten en uitvoeren sportloket

Counseling en doorverwijzing

Start buffergroep volgens ZORGmethode

Start laagdrempelige beweeggroepen (in de wijk)

A female athlete with a prosthetic left leg is captured in motion, running on a red track. She is wearing a bright red t-shirt and black shorts with the Adidas logo. Her prosthetic leg is a grey, knee-length running blade. The background is a blurred crowd of spectators. A purple banner is overlaid on the image, containing the title of the handbook.

# Handboek Revalidatie, Sport en Bewegen

*adviesgroep*

GEHANDICAPTENSPOORT NEDERLAND



# Revalidatie, Sport en Bewegen in het ziekenhuis

## Samenwerking met lokale partners

- Gezondheidszorg
- Gemeente
- Sportaanbieders
- Patiëntenorganisaties

# Revalidatie, Sport en Bewegen in het ziekenhuis Hoogeveen

- Revalidatiegeneeskunde
- Reumatologie
- Longrevalidatie
- Gynaecologie
- Cardiologie
- Interne geneeskunde
- SEH

Start uitvoering april 2009

## Routing

<b>Patiënt</b>	<b>Behandelaars / behandelteam</b>
<p>Wil een sportief actievere leefstijl, maar kan dit niet alleen. Voldoet niet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen. Heeft eventueel diverse sport- en bewegingsactiviteiten uitgeprobeerd tijdens behandelingsfase.</p>	<p>Hoofdbehandelaar polst patiënt voor hulp bij ontwikkelen actievere leefstijl en verwijst naar Sport- en bewegconsulent</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Sport- en bewegconsulent: persoonlijk gesprek aan de hand van folder, inschatting van stage of change, uitreiking geschikte poster</li><li>- sport- en bewegconsulent: geven van individueel (sport)advies op maat/terugrapportage naar aanvrager/arts</li><li>- Registreren adviezen/voorlichting/informatie / activiteiten</li></ul>

## Routing

Tabel 2: nazorg (counseling)

Patiënt	Behandelaars / behandelteam
<p>Is lid van een sportvereniging, of voert diverse sport activiteiten uit. Is dagelijks lichamelijk actief en voldoet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen.</p> <p>Als de patiënt niet actief is en toch wil, alsnog starten met counseling.</p> <p>Wil de patiënt niet, dan stoppen, maar wel terugkoppelen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sport- en bewegconsulent: afnemen telefonische consulten (2 keer)</li> <li>- Sport- en bewegconsulent: registreren adviezen / voorlichting / informatie / activiteiten</li> <li>- Sport- en bewegconsulent: contact onderhouden met sport- en patiënten verenigingen, ed.</li> <li>- Sport- en bewegconsulent terugkoppeling naar verantwoordelijke(n) in behandelteam</li> </ul>

# Sport- en beweegadviesgesprek

**Persoonsgegevens,**

**Diagnose**

**sporthulpmiddelen**

**Vervoer**

**Kosten**

**Al dan niet aangepaste accommodatie nodig**

**Tijdstip sport (overdag/avond/beide)**

**Energieverdeling**

**Motivatie**

**Leefstijladvies (beweegplanner)**

**Sportverleden**

**Sportwensen**

## Resultaten

- 2013 minimaal 400 patiënten doorverwezen
- vermindering met % inactieve burgers in Hoogeveen
- zelfstandig functionerend sportloket/bureau sport
- in projectperiode 4x start van een buffergroep
- in projectperiode 8x kennismakingscursussen laagdrempelige beweegactiviteiten
- 1 sport- en beweegloket voor de gezondheidszorg in Hoogeveen

## Resultaten 2009

-53 doorverwijzingen waarvan 42 uit Hoogeveen

Top 3 afdelingen

- |                        |    |
|------------------------|----|
| 1. Interne geneeskunde | 26 |
| 2. Reumatologie        | 8  |
| 3. Gynaecologie        | 6  |

## Resultaten 2009

### Top 3 aanbieders

1. Stichting Sport en Beweeg
2. Elbe Fitness en fysiotherapie de Leeuwerik
3. Aanbod verenigingen aangepast sporten

### Top 3 activiteiten

1. Sport- en beweegactiviteiten in groepsverband
2. Fitness
3. Wandelen, Nordic walking

## Doorverwijzing via Huisartsen

- Per 9 april 2010 naar het sportloket

De Linde

De Wielewaal

De Weide

## Kansen voor de Toekomst

Bouwen lokaal netwerk dmv interventies ism. GGD,  
Progez en gemeente

- Het sportloket
- Beweeg je leven
- Beweegkuur
- Routeplanner Diabetes preventie

Preventie in plaats van Curatie

# Revalidatie, Sport en Bewegen SPORTLOKET

Elke vrijdag middag

Lokatie Reumatologie

[Meijerink.k@bethesda.nl](mailto:Meijerink.k@bethesda.nl)

06 – 514 54 802