

# DE BEWEEGKUIR

Binnen Eerstelijns Samenwerking Veenendaal werken verschillende eerstelijns zorgverleners samen aan het verbeteren van de zorg en daarmee - indirect - aan het verbeteren van de gezondheid van haar patiënten. Binnen het samenwerkingsverband ligt de nadruk op het ontwikkelen van zorgtrajecten, het delen van kennis en op innoveren.



LAAGREMPELIGE  
COMMUNICATIE



MULTIDISCIPLINAIRE  
ZORGPROGRAMMA'S



KWALITATIEF BETERE  
PATIËNTENZORG



SAMENWERKING  
TUSSEN ZORGAANBIEDERS



EERSTELIJNS SAMENWERKING  
VEENENDAAL

Appelvink 1  
3906 AD Veenendaal

secretariaat@eerstelijnsamenwerking.nl  
www.eerstelijnsamenwerking.nl



DAGELIJKS  
FUNCTIENEREN



SOCIAAL  
PATICIPEREN



LICHAAMS  
FUNCTIES



MENTAAL  
WELBEVINDEN



ZINGEVING



KWALITEIT  
VAN LEVEN

© Institute for Positive Health (IPH) | iph.nl

EIGEN REGIE | GRATIS | TWEE JAAR COACHING



EERSTELIJNS SAMENWERKING  
VEENENDAAL

## WAT IS DE BEWEEGKUUR GLI?

De beweegkuur is een twee jaar durend leefstijl programma

Onder begeleiding van een leefstijlcoach, een diëtist en een fysiotherapeut werken we samen aan een gezonde leefstijl. Het programma bestaat naast individuele begeleiding op het gebied van voeding, beweging en leefstijl ook uit groepsbijeenkomsten met de diëtist en fysiotherapeut.

Samen met jou wordt een leefstijlplan gemaakt die jou helpt naar een gezonde(re) leefstijl.

## WAT IS DE DUUR VAN HET PROGRAMMA?

De beweegkuur is een programma van 2 jaar waarvan de begeleidingsfase 1 jaar duurt en de onderhoudsfase 1 jaar. Begeleiding in deze 2 jaar bestaat uit een individuele intake bij zowel leefstijlcoach als diëtist en fysiotherapeut, daarnaast zijn er gedurende het traject individuele gesprekken met de leefstijlcoach. Verder zijn er verschillende groepsbijeenkomsten.

Binnen de beweegkuur wordt gestreefd naar zelfstandig bewegen. Samen met jou wordt gekeken welke beweging bij jou past.

## WAT ZIJN DE KOSTEN?

Het volledige programma wordt vergoed vanuit de basisverzekering en gaat niet ten koste van het eigen risico. Je kunt het programma eventueel nog verder uitbreiden met gesprekken bij de diëtist vanuit de basisverzekering. Dit wordt verrekend met je eigen risico.

# HOE ZIET HET TRAJECT ERUIT?



Je kunt meedoen met de beweegkuur als je een verwijsbrief hebt van de huisarts, je 18 jaar of ouder bent, je een BMI van 25-30 hebt met extra gezondheidsrisico of een BMI hebt van 30 of hoger en als je gemotiveerd bent om aan een gezondere leefstijl te werken.

**Voor meer informatie en aanmelding neemt contact op met je eigen huisarts of praktijkondersteuner.**