

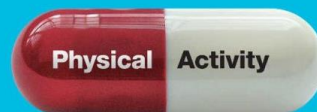
Bewegingskansen via toegankelijke (preventieve) gezondheidszorg

Jan Tessier



Wat als... preventieve gezondheidszorg toegankelijk zou zijn voor iedereen?

Miracle Cure!



Beweegprikkels en preventie

Bewegen is essentieel:

- Binnen het preventief gezondheidsbeleid
- In Vlaanderen verankerd als gezondheidsthema



1. Sterkere implementatie van preventieprojecten en afstemming tussen sectoren

1. Sterkere implementatie van preventieprojecten en afstemming tussen de sectoren

Wat is het doel?

→ Verminderen van de bewegingsongelijkheid

Hoe?

→ Versterken van bestaande en toekomstige projecten

**10.000
STAPPEN**
VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN



VLAAMS INSTITUUT
**GEZOND
LEVEN**

1. Sterkere implementatie van preventieprojecten en afstemming tussen de sectoren

Aandachtspunten:

→ Afstemming is nodig

→ Versnippering vermijden

gezondheid

mobiliteit

sport

→ Dit vraagt:

Samenwerking



VLAAMS INSTITUUT
**GEZOND
LEVEN**



Project: Lekker Actief

In 12 weken tijd

Professionele begeleiding

3 thema's:

- Beweging
- Voeding
- Doorbreken van zitgedrag

Samenwerking op Vlaams en lokaal niveau (lokale trefpunten en de gemeentelijke instanties)



2. Informeren over rechten om toegang te krijgen tot preventieve gezondheidszorg

2. Informeren over rechten om toegang te krijgen tot preventieve gezondheidszorg

Huisarts zendt Patiënt → coach

Samen overleggen over actieplan

- Gedragsverandering
- Motivatie
- Doorverwijzing
- Evaluatie

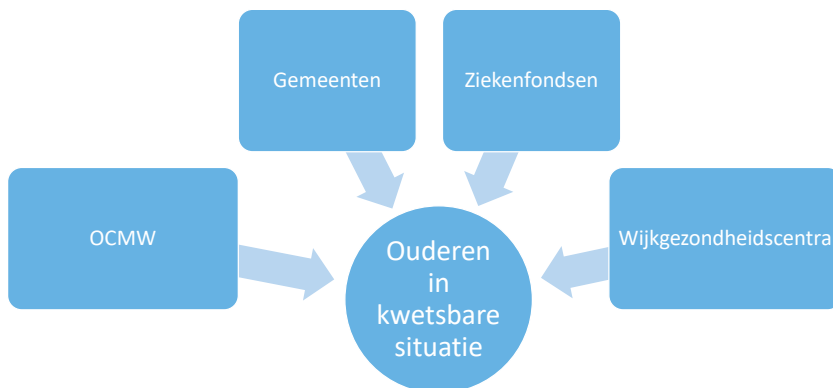
Individuele coaching per 15'	Max. persoonlijke bijdrage	Vlaamse bijdrage
Verhoogde tegemoetkoming	€ 1	€ 14
Zonder verhoogde tegemoetkoming	€ 5	€ 10

Bewegen Op Verwijzing



3. Versterken van een preventief bewegingsbeleid in Welzijns- en Zorgvoorzieningen

2. Versterken van een preventief bewegingsbeleid in Welzijns- en Zorgvoorzieningen.



→ **Faciliteren** van de groei naar een **volwaardig bewegingsbeleid**

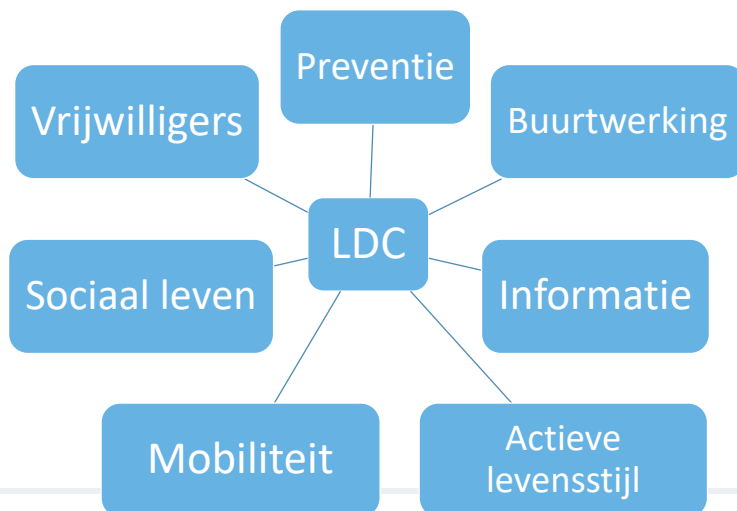


Wijkgezondheidscentra

- Meerdere professionele 1^{ste} lijn zorgverleners samen in één huis
- Toegankelijkheid
- Kwaliteitsvol werken
- Voor iedereen
- Gezondheid = basisrecht
- Wegwerken sociale ongelijkheden
- Forfaitair betalingssysteem



Lokale dienstencentra



Thuiszorg: **Mythes:**

- ❖ Vrijheid van ouderen kunnen we best beperken om te voorkomen dat ze vallen
- ❖ Mensen voelen zich verplicht om zich te beschermen tegen schade en daarom beter vrijheidsbeperking aanwenden
- ❖ “Het stoort de oudere niet om in zijn/haar vrijheid beperkt te worden”

Feit:

 In de thuiszorg worden **1 op 4** personen **60+** beperkt in hun vrijheid

Thuis is
waar de deur
op slot gaat

In de thuiszorg wordt een op de vier patiënten in zijn of haar vrijheid beperkt. De mantelzorgers doen het met de beste bedoelingen, maar niemand wordt daar gelukkiger van.



Thuiszorg

Zorgverleners in de thuiszorg staan dicht bij de ouderen en beschikken over een goede vertrouwensrelatie met de personen voor wie ze zorgen. Dit zijn ideale partners om “beweging en actieve levensstijl” te promoten.

- Opleiding ambassadeurs fixatiearme thuiszorg
- Expert valpreventie bij ouderen



Thuiszorg



Mantelzorg

Mantelzorg is de zorg voor chronisch zieken, gehandicapten en hulpbehoevenden door naasten. Kenmerkend is de reeds bestaande persoonlijke band tussen de mantelzorger en zijn of haar naaste. Daarnaast gaat het om langdurige zorg die onbetaald is.



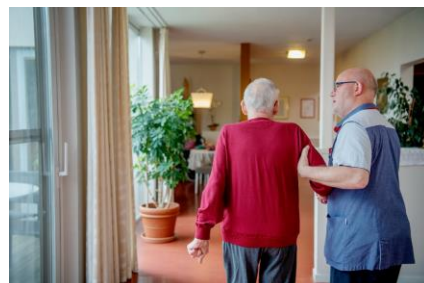
Woonzorgcentra

Preventie gericht op:

- Opleiding en sensibilisering personeel
- Bewoners en hun familie

Geïntegreerd in de ADL

Person centered care



Woonzorgcentra: De persoon staat centraal

Wat wil de persoon zelf?
(recht op gezondheid)

Multidisciplinair samenwerken
“Out of the box” – nadenken
Zorgen voor een “Goed gevoel”



4. Beweging en dementie

4. Beweging en dementie



DEMENTIEVRIENDELIJK
BRUGGE

*zij mag dan Alzheimer
hebben, wij hebben jou.*



Beweging en dementie

