

Samenwerken met de sport- en beweegsector: Hoe pak je dit aan als zorgverlener?

Als zorgverlener kun je sport en bewegen goed inzetten als middel voor mensen met (een risico op) één of meerdere chronische aandoeningen. Het kan leiden tot het volgende:

- + mensen zijn langer zelfredzaam
- + mensen zijn fitter en actiever
- + mensen kunnen beter meedoen in de maatschappij

Patiënten hebben vaak behoefte aan goede begeleiding en laagdrempelig aanbod. Samenwerken met de sport- en beweegsector is daarbij belangrijk, ook vanuit de zorg. Benieuwd hoe je dit doet en waarmee je rekening moet houden? Deze tipkaart helpt je op weg.



1 Zoek verbinding met de sportprofessional

Je kunt op verschillende manieren de samenwerking opzoeken of intensiveren met de sport- en beweegsector. Zoek in de eerste plaats contact met de buurtsportcoach. Bijna iedere gemeente heeft deze sportprofessionals in dienst. Soms wordt een buurtsportcoach ook wel beweegmakelaar, sportcoach of combinatiefunctionaris genoemd. Een buurtsportcoach kan verschillende opdrachten en rollen hebben binnen de gemeente, maar over het algemeen is dit een sportprofessional die als spin in het web tussen partijen zoals sport, onderwijs, welzijn en zorg werkt. Denk hierbij



aan het doorverwijzen van patiënten naar sport- en beweegaanbod, het organiseren en ondersteunen van laagdrempelige beweegactiviteiten of het verbinden van verschillende organisaties en personen. Nodig eens een buurtsportcoach uit bij een overleg met verschillende eerstelijnszorgprofessionals. Twijfel je of de patiënt veilig kan starten met bewegen? Dan kun je altijd contact opnemen met een (gespecialiseerde) fysiotherapeut. Deze professionals kunnen met je meedenken: welke beweegvorm past het beste bij de betreffende patiënt? Ook bieden fysiotherapeuten vaak laagdrempelige beweegactiviteiten aan waar mensen onder begeleiding kunnen bewegen. Tenslotte kun je de samenwerking opzoeken met de lokale leefstijlcoaches die binnen de Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI) actief zijn. De GLI is een leefstijlinterventie die valt onder de basisverzekering. Patiënten kunnen hier onder bepaalde voorwaarden naar verwezen worden.

2 Waar vind je de sportprofessional?

+ Google eens op buurtsportcoach, fysiotherapeut of leefstijlcoach in jouw gemeente. Vaak hebben gemeenten op hun website staan of ze buurtsportcoaches inzetten. Kijk eens op de website van de gemeente.

+ Vraag eens bij collega zorgverleners of zij met de sportprofessionals bekend zijn.

+ Kun je geen informatie vinden? Informeer dan bij de Vereniging Sport en Gemeenten. E-mail: info@sportindebuurt.nl



3 In gesprek over de samenwerking

Ga met de sportprofessional in gesprek over de samenwerking. Deel met elkaar wat jullie uit de samenwerking willen halen. Vertel hoe de zorgsector werkt en waar je op in wil zetten. Misschien mis je wel sport- en beweegaanbod voor een specifieke groep patiënten? Of heb je bepaalde kwaliteitseisen voor het sport- en beweegaanbod? Ook is het goed om uit te spreken wie welke rol kan en wil pakken binnen de samenwerking, maak vervolgens samen werkafspraken.

Manieren van doorverwijzen

Als zorgverlener kun je patiënten doorverwijzen naar sport- en beweegaanbod, inzicht hebben in dit aanbod is daarbij een voorwaarde. De buurtsportcoach kan jou hierbij helpen: hij of zij heeft een overzicht van het sport- en beweegaanbod. Maak samen afspraken over de manier van doorverwijzen en de terugkoppeling. Doorverwijzen kan op een aantal manieren, bijvoorbeeld:

- + Je verwijst direct door naar het sport- en beweegaanbod. Hiervoor heb je een actueel overzicht nodig van het sport- en beweegaanbod.



Voorbeeld van samenwerken door inzet van bestaande interventie

- + Wil jij ervaren hoe het is om met de sport samen te werken? Zet dan eens een **bestaande interventie** in. Bijvoorbeeld een interventie zoals de Nationale Diabetes Challenge (NDC) of een gecombineerde leefstijlinterventie (GLI). Deze interventies zijn laagdrempelig en makkelijk te organiseren.



- + Je verwijst de patiënt door naar de buurtsportcoach, die vervolgens bekijkt welk sport- en beweegaanbod geschikt is voor de betreffende patiënt. Doorverwijzen van de patiënt kan door de contactgegevens van de patiënt - met toestemming - door te geven aan de buurtsportcoach of de patiënt zelf contact te laten opnemen met de buurtsportcoach.
- + Je verwijst de patiënt door naar de fysiotherapeut, die vervolgens bekijkt welke beweegvormen goed bij de patiënt passen. Eventueel sluit de patiënt aan bij het beweegaanbod van de fysiotherapeut zelf. De fysiotherapeut kan de patiënt ook doorverwijzen naar sport- en beweegaanbod en/of de buurtsportcoach, met advies over welke beweegvorm passend is.
- + Je verwijst de patiënt door naar de leefstijlcoach als de patiënt in aanmerking komt voor de GLI.

Ervaring uit de praktijk

Jacqueline van Pelt, voorzitter van Stichting De Liemers Breedtesport en organisator van de NDC in Duiven en Zevenaar. Zij organiseert de Nationale Diabetes Challenge nu een aantal jaar met lokale partners in de sport, zorg en welzijn:

“We zorgen ervoor dat iedereen kan meedoen. Het mooie aan dit wandelprogramma is dat het ook voor organisatoren relatief eenvoudig is. De foundation levert goede ondersteuning en materialen en het programma zit goed in elkaar. Wat ik ook belangrijk vind, is dat er volop ruimte is om het programma aan de lokale situatie aan te passen.”

Meer informatie



Hopelijk helpen deze tips jou op weg!

Heb je specifieke vragen, of wil je jouw ervaring delen? Neem dan contact op via

+ info@kenniscentrumsportenbewegen.nl