

SLIMMER programma

maanden

voorafgaand

0

6

9

12

24

HUISARTSENPRAKTIJK

VERWIJZING HUISARTS

- Deelnemer voldoet aan criteria
- Weet wat het programma inhoudt
- Is voldoende gemotiveerd

DIËTIST

INTAKE

- Intake door diëtist & fysiotherapeut

Duur per deelnemer: 75 minuten

DEELPROGRAMMA VOEDING

- 3-5 individuele consulten
- 1 groepsbijeenkomst

Duur per deelnemer: 3 uur

DEELPROGRAMMA BEWEGEN

- 24 groepslessen bewegen en leefstijl
- Kennismaking lokaal sport- en beweegaanbod

Duur per deelnemer: 24 uur



FYSIOTHERAPEUT

Warme overdracht naar lokaal beweegaanbod

- Buurtsportcoach sluit 1 à 2 keer aan bij de groepsles
- Deelnemers maken in de groep of individueel kennis met lokaal sport- en beweegaanbod

BUURTSPOORTCOACH

Deelprogramma gedragsbehoud

- 2 groepsbijeenkomsten (maand 9 en 12)
- 4 individuele consulten (maand 7, 15, 18 en 21)
- 1 eindgesprek (maand 24)

Duur: 1 uur
Duur: 30 minuten
Duur: 30 minuten

Duur per deelnemer: 3,5 uur

LEEFSTIJLCOACH

NULMETING

- Metingen diëtist intake
- Deelnemer vult digitale vragenlijst in

MAAND 6

- Metingen diëtist outtake
- Deelnemer vult digitale vragenlijst in

MAAND 24

- Metingen leefstijlcoach outtake
- Deelnemer vult digitale vragenlijst in

EVALUATIE