

## PERSBERICHT

Brussel, 10 januari 2024

### **Bewegen Op Verwijzing breidt uit: ook kinesisten, psychologen en sociaal werkers helpen om meer te bewegen**

Maatschappelijk werker Joost Bonte, kinesist Lieven Maesschalck, diëtist Michaël Sels en psychiater dr. Dirk De Wachter worden de gezichten van de nieuwe Bewegen Op Verwijzing-campagne. Tot voor kort kon enkel de arts een verwijsbrief geven voor een Bewegen Op Verwijzing-coach. Maar dit systeem wordt uitgebreid: vanaf nu kunnen ook andere hulpverleners, zoals psychologen, maatschappelijk werkers, diëtisten, verpleegkundigen, ... hun patiënten doorsturen. “Op die manier willen we nog meer mensen in beweging krijgen en de drempel verlagen om te starten met een actiever leven”, zegt minister Hilde Crevits. Van 2018 tot 2023 schakelden al meer dan 12.500 Vlamingen een Bewegen Op Verwijzing-coach in.

Meer willen bewegen is één ding, het ook effectief doén een ander. Soms is een klein duwtje in de rug nodig om in actie te schieten. Bewegen Op Verwijzing helpt mensen op weg naar een actieve(re) leefstijl. Het project, dat gecoördineerd wordt door het Vlaams Instituut Gezond Leven vzw in opdracht van het Departement Zorg, is bedoeld voor iedereen die moeilijk in beweging komt én blijft.

Hilde Crevits, Vlaams minister van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin: “Met een nieuw jaar maken velen ook goede voornemens. Meer bewegen en minder stilzitten is daar vaak één van. Maar het is niet altijd eenvoudig om juist te weten hoe je dat moet aanpakken. Een Bewegen Op Verwijzing-coach kan je helpen om te starten én om vol te houden. Spreek je arts, apotheker, verpleegkundige, maatschappelijk werker, ... aan. Zij kunnen je dan verder helpen naar een Bewegen Op Verwijzing-coach. Ik heb alvast nuttige tips gekregen om nog meer te bewegen als tussendoortje.”

Een Bewegen Op Verwijzing-coach zorgt voor professionele begeleiding en een beweegplan op maat. De coach motiveert, ondersteunt en helpt waar nodig. Daarna is het aan de cliënt om te gaan bewegen. En dat kan soms simpel zijn: door al

fietsend naar het werk te gaan, bijvoorbeeld. Of door een wekelijkse wandeling te maken met familie of vrienden. De coach weet ook welke activiteiten en sporten gemeenten en verenigingen aanbieden. Want ook zij doen mee aan Bewegen Op Verwijzing: in 82% van de Vlaamse en Brusselse gemeenten vind je deze begeleiding al.

### **Waarom een verbreding?**

Wie beroep wil doen op een Bewegen Op Verwijzing-coach, heeft een verwijfsbrief nodig. In eerste instantie werd die gegeven door de huisarts. Maar omdat het voor een goede preventieve gezondheidszorg essentieel is om zoveel mogelijk mensen in beweging te zetten, krijgen nu ook andere hulpverleners de kans om door te verwijzen. Dit zijn: podologen, ergo- en kinesitherapeuten, maatschappelijk en sociaal werkers, apothekers, diëtisten, psychologen, vroedkundigen en verpleegkundigen. “Door deze verbreding kunnen we een multidisciplinaire aanpak creëren en een groter aantal mensen helpen. Hulpverleners kunnen gemakkelijk doorverwijzen via de website van Gezond Leven of met een papieren verwijfsbrief”, zegt Luc Lipkens, expert beweging bij Gezond Leven.

### **Campagne met bekende gezichten**

De uitbreiding van de beroepsgroepen wordt bekendgemaakt met een campagne waaraan ook heel wat bekende gezichten meewerken, zoals **kinesist Lieven Maesschalck, diëtist Michaël Sels, psychiater dr. Dirk De Wachter en maatschappelijk werker Joost Bonte.**

“Dankzij Bewegen Op Verwijzing kunnen sociaal werkers aan de slag op elk levensdomein: fysisch én psychisch”, aldus Joost Bonte. De campagne, die start op 10 januari, loopt op sociale media en op de VRT, waar een tv-spot zal te zien zijn.

### **Bewegen Op Verwijzing werkt**

Bewegen Op Verwijzing is geleidelijk aan gestart in 2017. Ook in het buitenland zijn er soortgelijke initiatieven, onder meer in Zweden. In de periode 2018 tot en met 2023 schakelden al meer dan 12.500 Vlamingen een Bewegen Op Verwijzing-coach in. In 2023 waren 6 op de 10 gesprekken met een deelnemer die recht had op een verhoogde tegemoetkoming.

Het project werd vorig jaar met de nieuwe beroepsgroepen uitgetest in 12 pilootregio's. 92% van de deelnemers was tevreden met hun beslissing om deel te nemen. En de aanpak van de coaches werkt: **75% van de participanten had op het einde van het traject de beweegdoelstelling volledig behaald** en 17% gedeeltelijk. Die positieve cijfers worden nog eens weerspiegeld in het feit dat 8 op de 10 van de

potentiële verwijzers in de toekomst gebruik willen maken van Bewegen Op Verwijzing.

*Bewegen op Verwijzing is een initiatief van het Departement Zorg, dat gecoördineerd wordt door het Vlaams Instituut Gezond Leven vzw in samenwerking met de Vlaamse stuurgroep (Vlaamse Logo's, VIVEL, Sport Vlaanderen, Domus Medica, VVSG, netwerk lokaal sportbeleid, mutualiteiten, Vereniging voor wijkgezondheidscentra en universiteiten met opleiding bewegingswetenschappen.*

**Voor meer info:**

[www.bewegenopverwijzing.be](http://www.bewegenopverwijzing.be)

Liese Weemaels (Communicatiemanager Vlaams Instituut Gezond Leven vzw)

[Liese.weemaels@gezondleven.be](mailto:Liese.weemaels@gezondleven.be)

02 422 49 30 – 0493 19 99 19

#### **Over Vlaams Instituut Gezond Leven vzw**

Het Vlaams Instituut Gezond Leven vzw heeft één doel: een gezonder Vlaanderen. We willen iedereen op een toegankelijke manier stimuleren om gezond(er) te leven in een gezonde omgeving. Meer concreet zijn we expert in voeding, beweging & sedentair gedrag, tabak, mentaal welbevinden, gezondheid & milieu en settinggericht werken. Specifiek op die thema's ondersteunen we de Vlaamse overheid in het opmaken en uitvoeren van het Vlaamse beleid. Dit combineren we met expertise in gedragsverandering en gezondheidsongelijkheid.

