

BEWEGEN P VERWIJZING

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN



This presentation is part of the project „847174 / EUPAP” which has received funding from the European Union’s Health Programme (2014–2020). The content of this presentation represents the views of the author only and is his sole responsibility; it cannot be considered to reflect the views of the European Commission and/or the Consumers, Health, Agriculture and Food Executive Agency (CHAFAEA) or any other body of the European Union. The European Commission and the Agency do not accept any responsibility for use that may be made of the information it contains.

BOV project zit ingebed in de ELZ Brugge en staat ook ingeschreven in het Lokaal Sociaal Beleidsplan van Stad Brugge

- ▶ Lokaal bestuur
 - ▶ Gezondheids- en welzijnszorg
 - ▶ Welzijnsorganisaties
 - ▶ Optionele partners: ziekenhuizen en onderwijs
 - ▶ PZON
-
- ▶ Aanbieders van laagdrempelig beweegaanbod
 - ▶ Organisaties die kwetsbare groepen bereiken
 - ▶ Logo



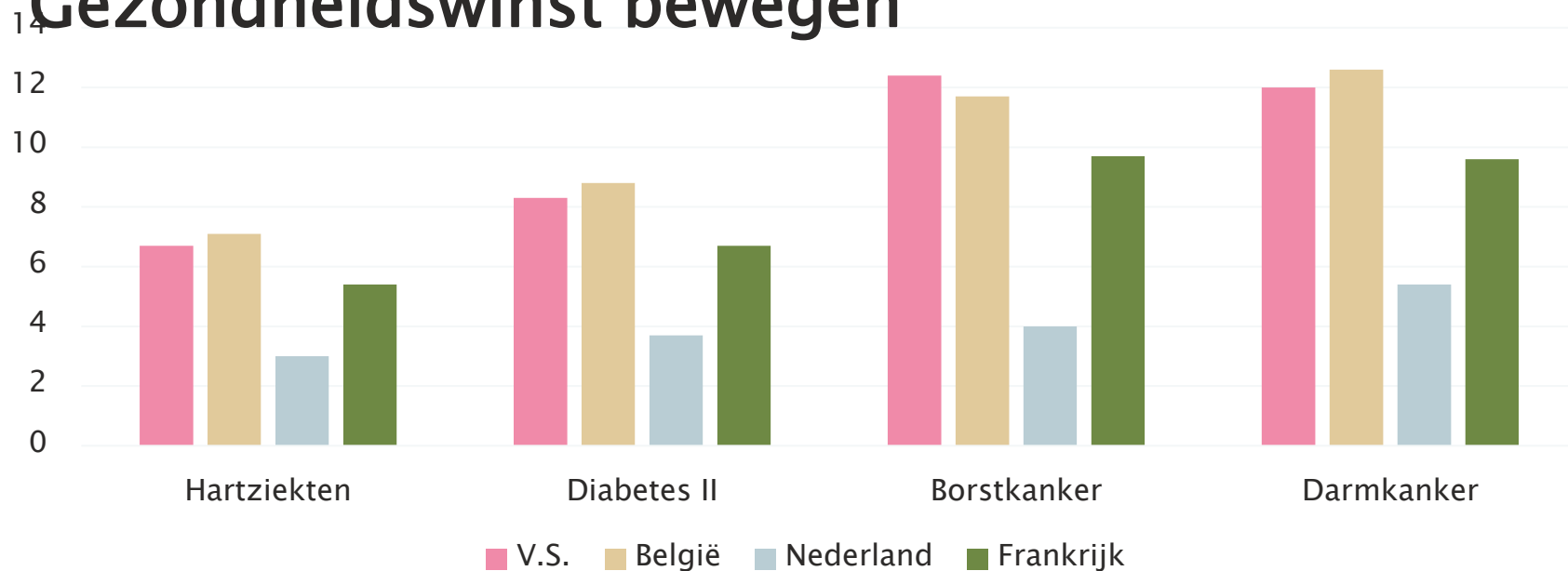
Is het gebrek aan beweging
een probleem?

**BEWEGEN • P
VERWIJZING**

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

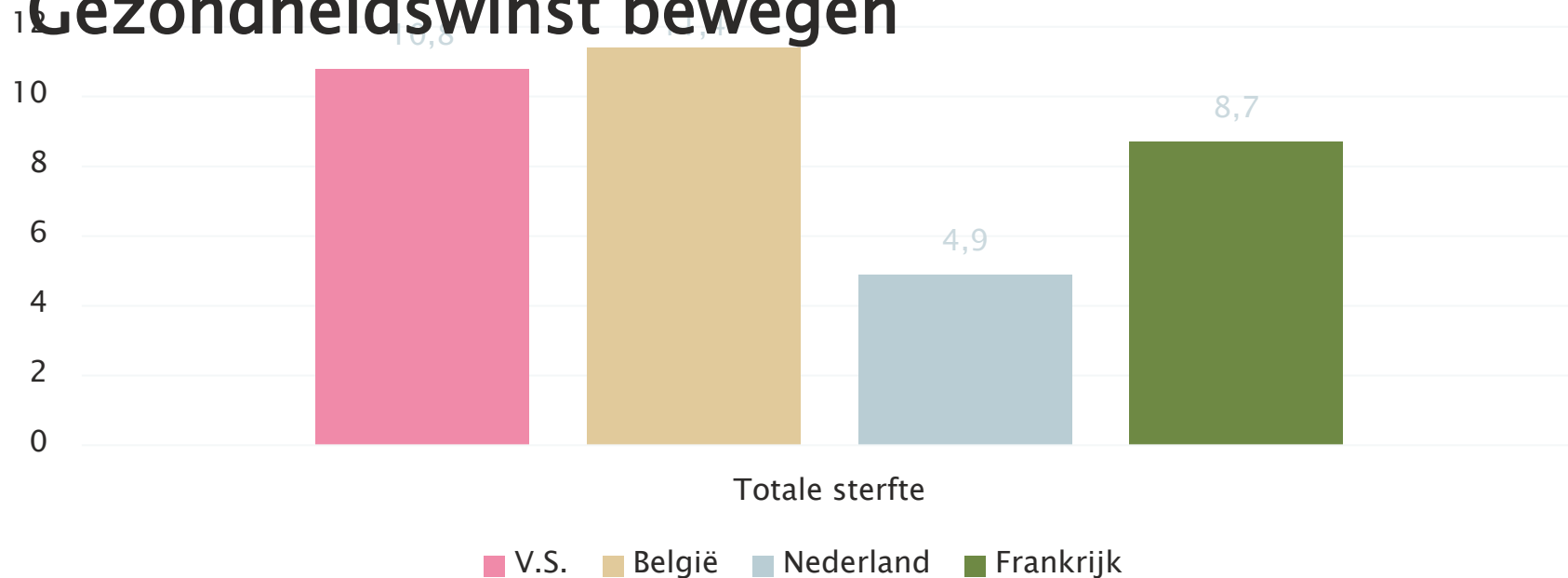
Hoeveel % van aandoeningen is door een gebrek aan beweging?

Gezondheidswinst bewegen



Hoeveel % van totale sterfte is door een gebrek aan beweging?

Gezondheidswinst bewegen



Bewegen Op Verwijzing...

...helpt om (tijds)effectief
patiënten/cliënten in beweging te
krijgen en houden!



BEWEGEN ● **OP**
VERWIJZING

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Physical activity on prescription in accordance with the Swedish model increases physical activity: a systematic review

Aron Onerup,¹ Daniel Arvidsson,² Åse Blomqvist,³ Eva-Lotte Daxberg,⁴ Lennart Jivegård,⁵ Ingibjörg H Jonsdóttir,⁶ Stefan Lundquist,³ Anders Mellén,⁷ Josefine Persson,⁸ Petteri Sjögren,⁹ Therese Svanberg,⁹ Mats Borjesson^{2,10}

► Additional material is published online only. To view please visit the journal online (<http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2018-099598>).

For numbered affiliations see end of article.

Correspondence to

Dr Aron Onerup, Department of Surgery, Institute of Clinical Sciences, Sahlgrenska Academy, University of Gothenburg, Gothenburg 41685, Sweden; aron.onerup@vgregion.se

Accepted 26 October 2018

ABSTRACT

Objectives This study investigates the effects of the core elements of the Swedish model for physical activity on prescription (PAP) by evaluating studies that compared adults who received PAP with adults who did not receive PAP. All participants were adults identified by a healthcare professional as in need of increased physical activity. Primary outcome was level of physical activity.

Design Systematic review.

Eligibility criteria (1) Published 1999. (2) Systematic review, randomised controlled trial (RCT), non-RCT or case series (for adverse events). (3) ≥12 weeks' follow-up. (4) Performed in the Nordic countries. (5) Presented in English, Swedish, Norwegian or Danish.

Data sources Systematic searches in PubMed, Embase, the Cochrane Library, AMED, CINAHL and SweMed+ in September 2017. Included articles were evaluated using checklists to determine risk of bias.

Results Nine relevant articles were included: seven RCTs, one cohort study and one case series. Primary outcome was reported in seven articles from six studies (five RCTs, one cohort study, 642 participants). Positive results were reported from three of the five RCTs and from the cohort study. No study reported any negative results. Swedish PAP probably results in an increased level of physical activity (GRADEⓈⓈⓈⓈ).

Conclusions Although the number of the reviewed articles was relatively modest, this systematic review shows that PAP in accordance with the Swedish model probably increases the level of physical activity. As a model for exercise prescription, Swedish PAP may be considered as part of regular healthcare to increase physical activity in patients.

What is already known

- Physical inactivity is the fourth leading cause of non-communicable disease worldwide according to the WHO.
- A large part of the population in industrialised countries, including the population in contact with healthcare, is insufficiently physically active.
- Methods to increase the level of physical activity in patients have shown mixed results in previous systematic reviews and therefore new methods are needed.

What are the new findings

- The present systematic review shows that the Swedish physical activity on prescription (PAP) method probably increases the level of physical activity in adult patients who are insufficiently active (GRADEⓈⓈⓈⓈ).
- We suggest that the Swedish PAP model be used in the healthcare setting to increase the level of physical activity and be implemented as part of routine healthcare.

Although global consensus concludes that inadequate PA can cause health problems and that increased PA can improve health, evidence is still lacking with regard to optimal methods for increasing PA for people who would benefit from increased PA. A systematic review of health



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union

Lichaamsbeweging bij de preventie en de behandeling van ziektes

Een samenvatting van het bewijs en
diagnosespecifieke aanbevelingen voor
lichaamsbeweging

Vast verloop

1. Arts verwijst patiënt door
2. Deelnemer maakt afspraak *
3. Samen beweegplan maken = maatwerk
4. Deelnemer probeert uit *
5. Opvolging van coach
6. Actieve levensstijl zonder opvolging van coach
7. Opvolging van arts



Coaches: Bij wie kan ik terecht?

Doorverwijzing naar een erkende coach in Brugge:



Pieter Metsu: 0472/417 355 of Pieter@bewegenopverwijzing.be

► Severine Devuyst, 0476 34 34 47 of severine.devuyst@telenet.be



[Meer info en contactpagina: www.bewegenopverwijzing.be](http://www.bewegenopverwijzing.be)

Wat doet een Bewegen Op Verwijzing-coach?

- ▶ Motiverende gespreksvoering
 - Self-determination theory
 - Motivational interviewing



Beweegverleden

Huidig zit- en beweeggedrag

Barrières erkennen

Motivatoren ontlocken

Persoonlijk beweegplan samen opmaken

Beweegplan opvolgen

Sociale steun triggeren

Omgaan met moeilijkheden op lange termijn

...



Thuis



**BEWEGEN OP
VERWIJZING**
VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN



Jouw beweegplan

Wat wil je concreet doen?

- Ik wil elke ma, woe en vrij te voet naar m'n werk
- Ik wil 1 avond per week een beweegles volgen
- Ik wil vaker rechtstaan, bv. wanneer ik op FB zit

Welke problemen verwacht je?

Voor inspiratie zie bijlage 4: 'Als ... dan! We vinden wel een oplossing.'
bv. Als het regent, dan ga ik te voet met de paraplu.

Als ...

, dan ...

Ik moe ben om te voet naar m'n werk te gaan...

Neem ik de fiets en maak ik 's avonds omweg

Wanneer trek je aan de noodrem?

bv. Ik contacteer de coach als ... ik drie keer na elkaar niet gefietst of gewandeld heb.

Wanneer ik op 1 week geen enkel van m'n doelen heb bereikt

Vat samen in één zin

bv. Als we zaterdagochtend ontbeten hebben, dan ga ik samen met mijn kleinzoon met de fiets naar de winkel.

Als ...

Als ik op maandag, woensdag en vrijdag naar het werk ga dan ga ik te voet (+/-40 min). Als ik te moe ben ga ik met de fiets en maak ik 's avonds een omweg.

, dan:

Als ik naar FB ga dan ga ik rechtstaan.

Als het 19u40 is dan vertrek ik naar de Yoga les



Schrijf je bewegingen over in het weekoverzicht



Voormiddag



Middag



Namiddag



Avond

Maandag

Te voet naar werk

Dinsdag

Woensdag

Te voet naar werk

Donderdag

Vrijdag

Te voet naar werk

Zaterdag

Zondag

Yoga in LDC

Bravo! Je beweegplan is klaar.

Vind je het gemakkelijk? Geef een cijfer van 1 tot 10.

het is zeer moeilijk 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 het is zeer gemakkelijk

Ik, (naam) Hans Janssens

ga akkoord met dit beweegplan en ik doe mijn best om het goed uit te voeren.

Handtekening

Datum

Hulp

Hoeveel sessies?

Individueel

- ▶ Intake (1u)
 - ▶ Follow-up gesprekken (+/- 15'-45')
 - Afhankelijk van de nood
 - ▶ Outtake (+/- 30'-45')
-
- ▶ Maximum
7uur kalenderjaar 1 (bv. 2021)
+ 7uur kalenderjaar 2 (bv. 2022)

groep (3-10pers – groepsgesprek)

- ▶ Intake (+/- 1u30)
 - ▶ Follow-up gesprekken (+/- 1u30)
 - Vaak op voorhand vastgelegd
 - Afhankelijk van de nood
 - ▶ Outtake (+/- 1u30)
-
- ▶ Maximum
21uur kalenderjaar 1 (bv. 2021)
+ 21uur kalenderjaar 2 (bv. 2022)

Betaalbaar ?

Voordeeltarief dankzij Vlaamse overheid !

	Prijs per kwartier (individueel)	Prijs per kwartier (groepsessie)
VT-statuuut	1 euro	0,5 euro
Geen VT-statuuut	5 euro	1 euro

Extra tussenkomsten

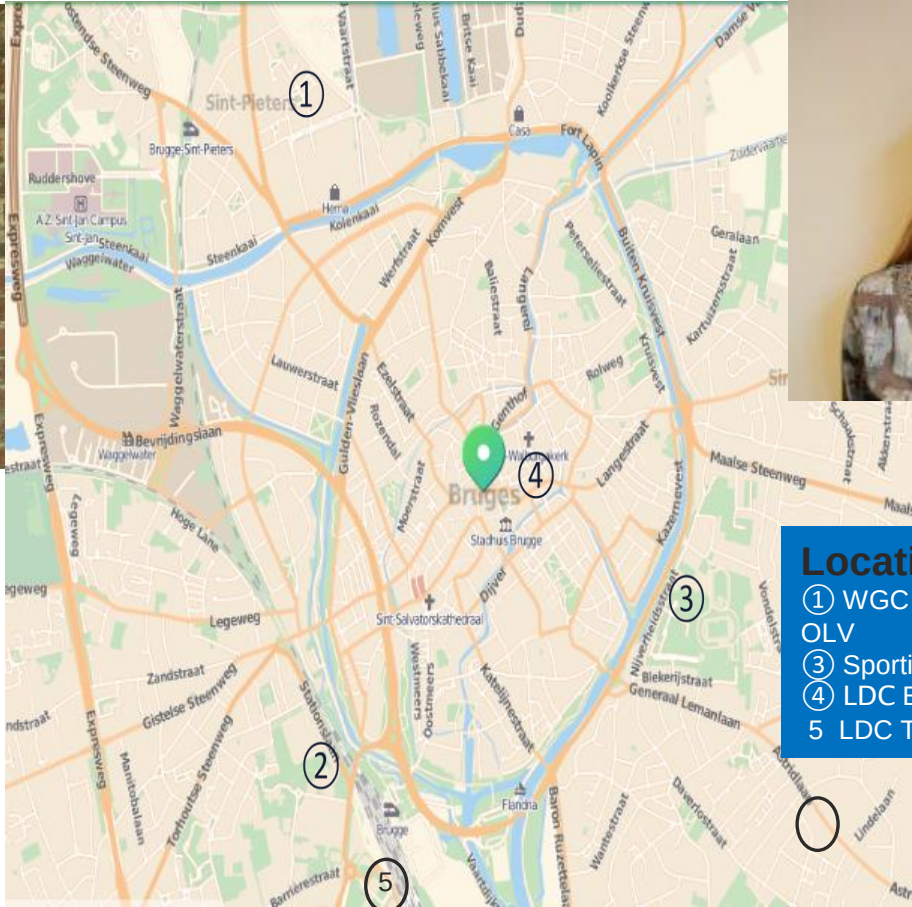
- Mutualiteiten (vnl. via budget lidgeld sportclub)
- Brugge: GRATIS via SportAXIbonnen !



Locaties: Bereikbaarheid!

**BEWEGEN OP
VERWIJZING**

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN



Locaties Brugge:

- ① WGC De Bruggen ② PZ OLV
- ③ Sportinnovatie-campus
- ④ LDC Balsemboom
- ⑤ LDC Ten Boomgaarde



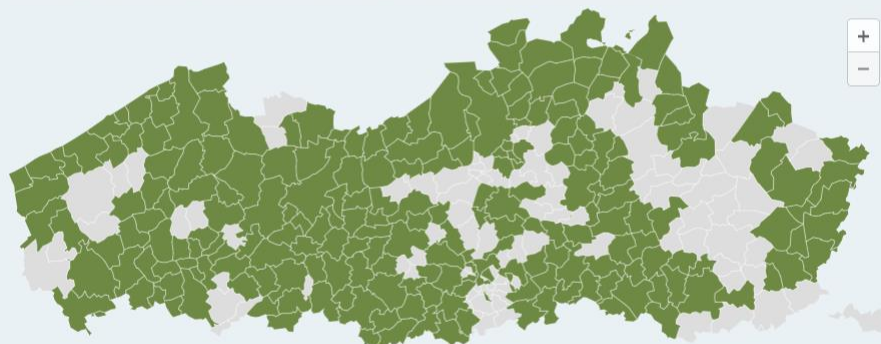
**BEWEGEN OP
VERWIJZING**

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Welke gemeenten hebben al een goedkeuring?

Deze gemeenten hebben een goedkeuring gekregen. Bij sommige gemeenten is er wel nog geen Bewegen Op Verwijzing-coach. Deze zal binnenkort wel beschikbaar zijn. [Maak kennis met je dichtstbijzijnde coach](#)

Goedgekeurde gemeenten Bewegen op Verwijzing juni 2021



Bron: Vlaams Instituut Gezond Leven • [Gegevens ophalen](#) • Gecreëerd met [Datawrapper](#)

Bewegen Op Verwijzing

Cijfers

200 patiënten

45% VT-status (kwetsbaar !)

70% Vrouw, 30% Man

50j = gemiddelde leeftijd

7,5% no show

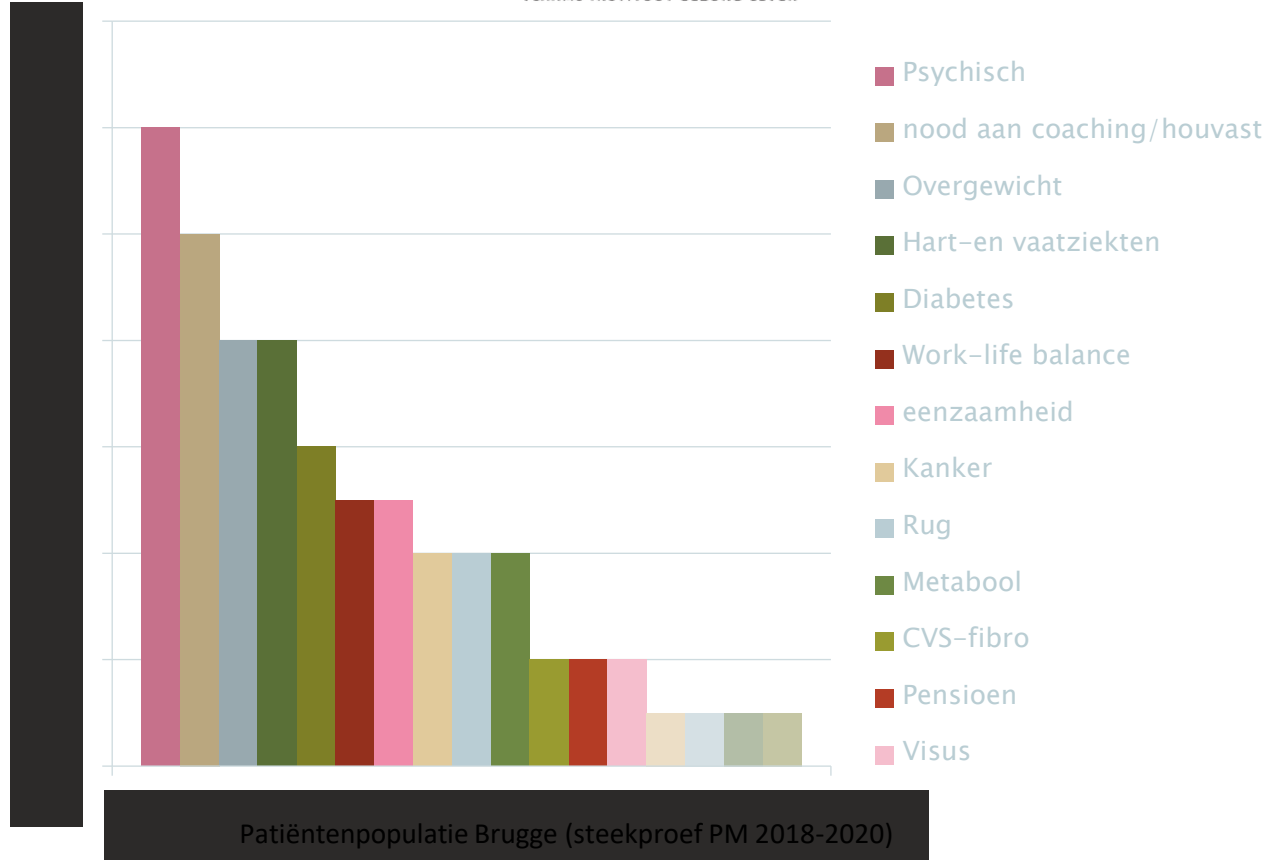
Vnl. individueel, occasioneel groepsgesprek

4 = Gemiddeld aantal gesprekken per cliënt

Doorverwijzing: +40 huisartsen

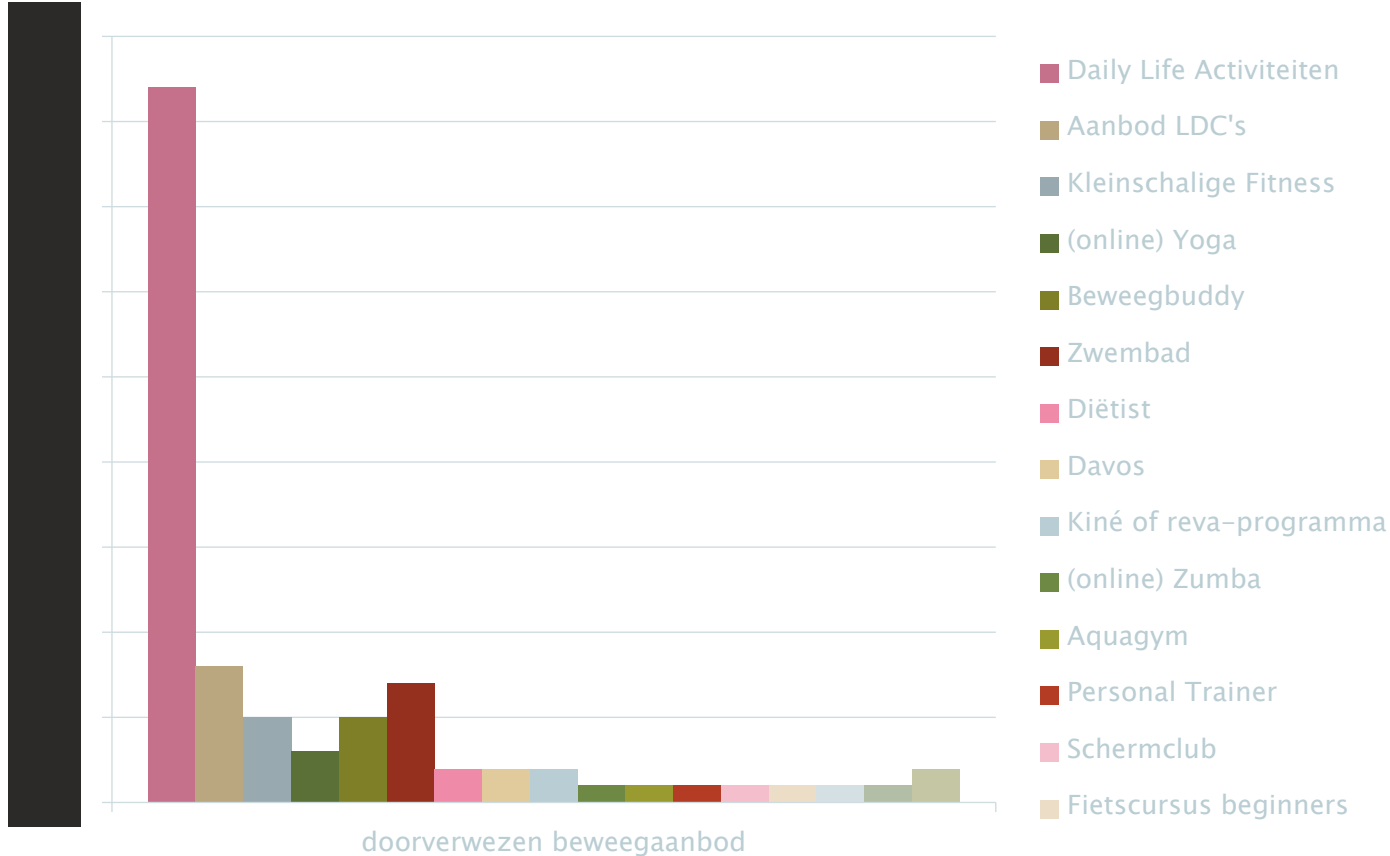
BEWEGEN OP VERWIJZING

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN



BEWEGEN OP VERWIJZING

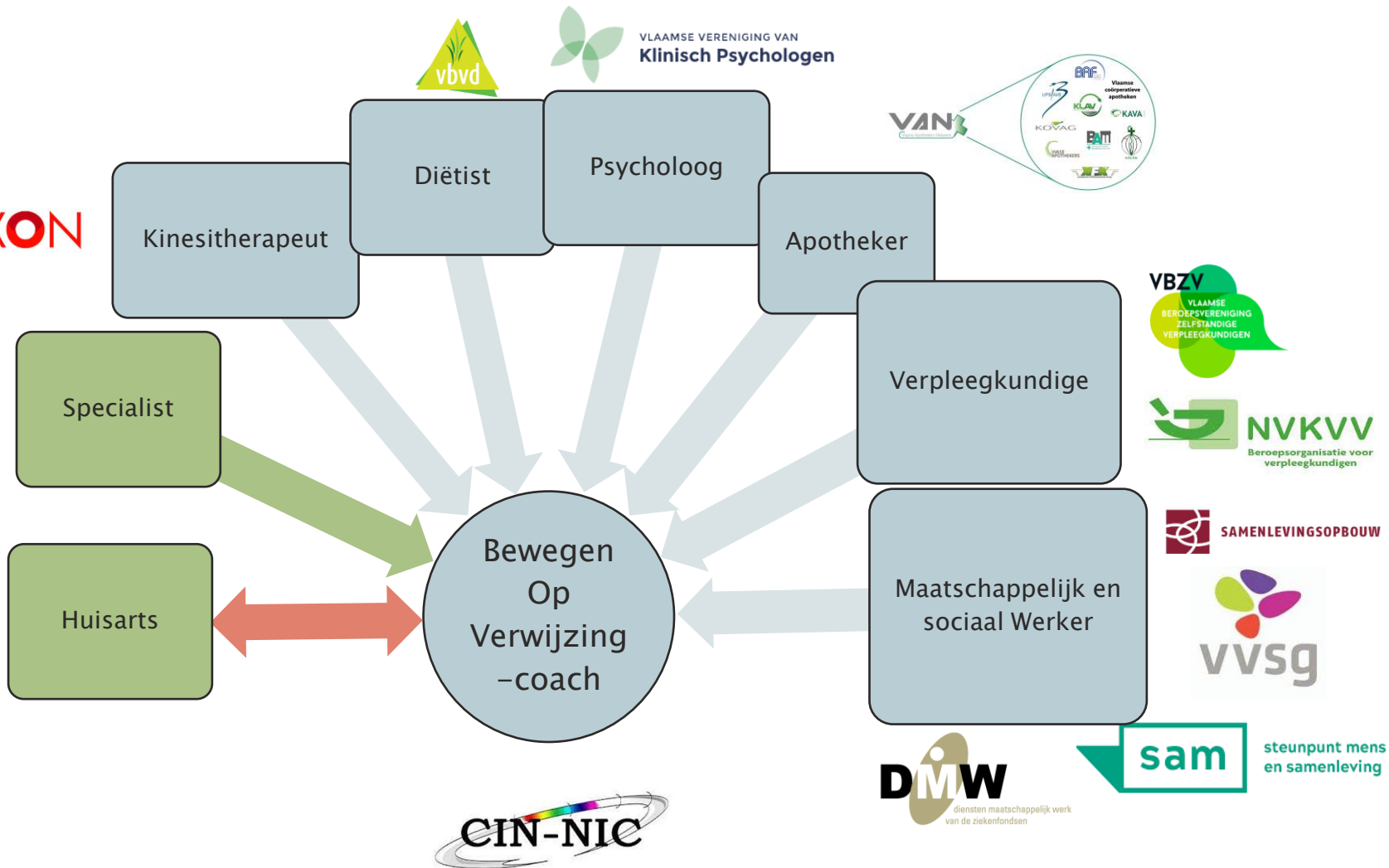
VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN



Bewegingstussendoortje



AXXON



Deelnemende regio's (naam ELZ)





Waarom ga ik als ...
patiënten / cliënten verwijzen?

BEWEGEN ● P
VERWIJZING

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Arts

- ▶ Beweging staat in zeer veel richtlijnen (evidence-based guidelines)
- ▶ Uit handen geven van tijdsintensieve begeleiding aan opgeleide coaches
- ▶ Goedkoop en laagdrempelig
- ▶ Person-centered met haalbare doelen
- ▶ Verslag ontvangen van coach
- ▶ Meer tijd voor andere zorg en toch de levensstijl van de patiënt bevorderen.

Wanneer kan er een belletje gaan rinkelen?

Arts

- ▶ **Diagnose** en (chronische) **opvolging** van zeer veel niet-overdraagbare ziektes:
Hypertensie, cholesterol, diabetes, depressie, angst, migraine, artrose, psoriasis,... (www.bewegenbijziekte.be)
- ▶ Vragen rond
 - *Vermageren*
 - *Stress*
 - *Gezonder leven*
 - *Weinig energie*
 - *Slecht slapen*
 - ...

Apotheker

- ▶ Toegankelijke professional voor gezondheidsvragen (o.a. levensstijl)
 - Geen afspraak – iedereen heeft wel een apotheek in de buurt
 - Gem. 100 contacten/dag
- ▶ Zicht op algemene gezondheidstoestand
 - Informele vertrouwensband
 - Gegevens uit dossier
 - Zicht op sociale situatie
- ▶ Wil om informerende en sensibiliserende rol op te nemen
- ▶ Regelmatig contact – opvolging (vnl. patiënten met chronische aandoeningen)
- ▶ Ervaring in oriënterende rol (doorverwijzing)

Wanneer kan er een belletje gaan rinkelen?

Apotheker

- ▶ (Opstart) medicatie: *Hypertensie, cholesterol, diabetes, depressie, angst, migraine, artrose, psoriasis,...* (www.bewegenbijziekte.be)
- ▶ Vragen rond
 - *Vermageren*
 - *Stress*
 - *Gezonder leven*
 - *Weinig energie*
 - *Slecht slapen*
 - ...
- ▶ Tijdens de persoonlijke begeleiding als huisapotheker
- ▶ ...

Diëtist

- ▶ Voeding EN beweging aanpassen geeft betere resultaten
- ▶ Patiënten/cliënten zijn ontvankelijk
- ▶ Meer begeleiding zonder grote meerprijs
- ▶ Preventie

Wanneer kan er een belletje gaan rinkelen?

Diëtist

- ▶ Bij het bevragen van de energiebehoefte
- ▶ Patiënten/cliënten die gewicht willen verliezen
- ▶ Patiënten/cliënten die gewicht willen aankomen
- ▶ Patiënten/cliënten die gezonder willen leven
- ▶ Begeleiding bij hoge cholesterol, hoge bloeddruk,... (www.bewegenbijziekte.be)
- ▶ Klachten die indirect veroorzaakt kunnen zijn door lage activiteit (bv. Obstipatie)
- ▶ ...

Kinesitherapeut

- ▶ Kent als de beste het nut van beweging op lange termijn volhouden
- ▶ Patiënten/cliënten zijn ontvankelijk
- ▶ Complementair
 - Tijdens bestaande behandeling (combinatie kan versterkend werken)
 - Na behandeling (terugkerende klachten tegen gaan)
- ▶ Maatschappelijke rol opnemen in het kader van preventie

Wanneer kan er een belletje gaan rinkelen?

Kinesitherapeut

- ▶ Tijdens anamnese
 - Hoe actief was patiënt hiervoor?
 - Aanleiding van behandeling
- ▶ Vanuit/tijdens oefentherapie
 - Wat kan patiënt zelf doen?
 - Wat zorgt ervoor dat er geen terugkerende klachten zijn?
- ▶ Bepaalde aandoeningen
 - Diabetes, obesitas, hypertensie,...
- ▶ Huisbezoeken: mantelzorger!
- ▶ ...

Maatschappelijk en sociaal werker

- ▶ Gezondheidskloof niet groter laten worden
- ▶ Fysieke, **mentale** en **sociale** winst mogelijk
 - Duidelijke impact op het welzijn van de mensen
- ▶ Langer en kwalitatief thuis wonen
- ▶ Zelfredzaamheid
- ▶ Maatschappelijke integratie
- ▶ Beweging = positief
- ▶ Nuttige actieve dagbesteding
- ▶ Toegang tot rechten en voorzieningen

Wanneer kan er een belletje gaan rinkelen?

Maatschappelijk en sociaal werker

- ▶ Klachten die cliënten vertellen
 - Moe, vermoeid, eenzaamheid, fysieke moeilijkheden, stress, gewicht,...
- ▶ Weinig (*nuttige*) dagbesteding
- ▶ BelRai-screener
- ▶ Tijdens vraagverheldering
- ▶ Huisbezoeken: mantelzorger!
- ▶ ...

Psycholoog

- ▶ Ondersteuning bij de gedragsactivatie
- ▶ Meer tijd om op andere zaken te focussen
- ▶ Fysieke, **mentale** en **sociale** winst mogelijk
 - Duidelijke impact op het welzijn van de mensen
- ▶ Meer begeleiding zonder grote meerprijs

Wanneer kan er een belletje gaan rinkelen?

Psycholoog

- ▶ Gedragsactivatie
- ▶ Zelfbeeld (overgewicht)
- ▶ Chronische rugpijn
- ▶ Angst, depressie (www.bewegenbijziekte.be)
- ▶ ...

Verpleegkundige

- ▶ Holistisch
- ▶ Zelfredzaamheid van de patiënt
- ▶ Tertiaire preventie
- ▶ Kent de patiënt breder dan de reden waarvoor ze contact hebben

Wanneer kan er een belletje gaan rinkelen?

Verpleegkundige

- ▶ Tijdens intakegesprek
- ▶ Vanuit patiëntendossier
 - Bepaalde aandoeningen: *Hypertensie, cholesterol, diabetes, depressie, angst, migraine, artrose, psoriasis,...* (www.bewegenbijziekte.be)
- ▶ Tijdens *losse* gesprekken
- ▶ Huisbezoeken: mantelzorger!
- ▶ ...

PRAKTISCHE INFO

Bewegen Op Verwijzing



© VigeZ, 2019



**BEWEGEN OP
VERWIJZING**
VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Snel en eenvoudig

www.gezondleven.be/forms/bov/1

(tip favorieten in browser)

VLAAMS INSTITUUT
**GEZOND
LEVEN**

Slap 1 Stap 2

Persoonsgegevens patiënt
RIZIV nummer verwijzende arts

Naam patient

Postcode patient

Patiënt heeft recht op verhoogde terugbetaling ☐

Patiënt is ouder dan 65 jaar ☐

Geef je RIVIZ-nummer in
voor maatschappelijk en sociaal
werkers:
geef 9-99999-99-999 in.
(11x'9')

VOLGENDE

Twijfel over RIZIV nummer?

Google: RIZIV nummer opzoeken

<https://ondpanon.riziv.fgov.be/SilverPages/nl>



Handige materialen

BEWEGEN ● P
VERWIJZING

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Folder voor patiënten



WIL JE MEER BEWEGEN?

Je coach helpt je verder!

Je krijgt een verwijfsbrief voor een Beweging Op Verwijzing-coach. Die professionele coach helpt je gezond te bewegen. Jullie maken samen een beweegplan dat past bij jou en je leven. Zo zet je de eerste stap naar bewegen.

Waarom?

- Je coach motiveert je.
- Je voelt je fitter en krijgt meer energie.
- Je beweegt op je eigen tempo, dicht bij huis.
- Je ontdekt nieuwe kansen om te bewegen.
- Je hebt minder last van stress.
- Je leert nieuwe mensen kennen.

IK HEB DE STAP GEZET. JIJ OOK?

"Ik doe zoveel mogelijk zelf de boodschappen, op aanraden van mijn coach. Zo kom ik aan mijn **stappen** én kom ik meer **onder de mensen**."

Leo - 85 jaar

"Mijn coach raadde **wandelen** aan. Mijn kinderen gaan mee en we vinden het echt leuk om **samen meer te bewegen**."

Nathalie - 40 jaar

"Meer bewegen kan **goedkoop, dicht bij huis** en op verschillende manieren. Dat heeft mijn coach **mij doen inzien**."

Piki - 42 jaar

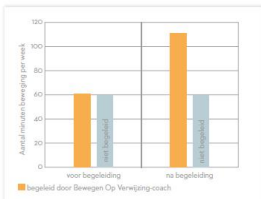


"Ik denk dat Beweging Op Verwijzing vooral belangrijk is omdat beweging het beste 'medicijn' is dat er is. Het meest veelzijdige 'medicijn.' Het kost niks en heeft geen neveneffecten. Dat zijn allemaal al voordelen. En dan nog maar te zeggen dat mensen die meer bewegen, zich ook beter voelen."

Dr. Tom Jacobs



De gesprekken bij de Beweging Op Verwijzing-coach zijn niet duur. De Vlaamse overheid betaalt het grootste deel.



BEWEGEN OP VERWIJZING

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

www.bewegenopverwijzing.be

Tarieven:

Wist je dat je als patiënt het kleinste deel van de kosten draagt?

	Individuele begeleiding (per 15 minuten)
Normaal tarief	€ 5
Met verhoogde tegemoetkoming	€ 1

Je betaalt minder als je recht hebt op een verhoogde tegemoetkoming. Dit is het geval als de code onderaan de klevor van je ziekenfonds eindigt op 1. Sommige ziekenfondsen betalen bovendien jouw bijdrage (gedeeltelijk) terug. Trektel je? Contacteer dan je ziekenfonds.

Meer info: www.bewegenopverwijzing.be

WIL JIJ OOK MEER BEWEGEN?

BEWEGEN OP VERWIJZING

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

BEWEEGPLAN OP MIJN MAAT

HET DUWJTJE IN M'N RUG DAT IK NODIG HAD

GEMOTIVEERD DOOR MIJN COACH

JE COACH HELPT JE VERDER!

www.bewegenopverwijzing.be

- 1 Je krijgt een verwijfsbrief. Je neemt die brief mee naar jouw Beweging Op Verwijzing-coach.
- 2 Je belt je coach voor een afspraak, of je sms't 'BEWEGEN' en wij contacteren jou.
- 3 Je maakt een beweegplan dat past bij jouw leven. De coach helpt je. Je kan kiezen: bewegen in groep of alleen, bewegen in je buurt, op het werk, onderweg of bij je thuis.
- 4 Je probeert het beweegplan uit.
- 5 Je bespreekt samen met je coach wat goed en minder goed gaat. Jullie bekijken welke vooruitgang je maakt en bespreken eventuele moeilijkheden.
- 6 Je beweegt elke dag meer. Bij dat doen. Dat voelt goed!
- 7 Je arts volgt je verder op.

logo op

Co-funded by the health program of the European Union

GEZOND LEVEN

This leaflet is part of the project „BETTER / EURAP“ which has received funding from the European Union's Health Programme (2014-2020).

The content of this leaflet represents the views of the author only and is his sole responsibility. It cannot be considered to reflect the views of the European Commission and/or the Commission Health, Agriculture and Food Executive Agency (CEA) or any other body of the European Union. The European Commission and the Agency do not accept any responsibility for use that may be made of the information it contains.

BEWEGEN OP VERWIJZING

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Wachtzaal

Affiche Filmpje Beelden wachtschermen

WIL OOK JIJ MEER BEWEGEN?



"Ik doe zoveel mogelijk zelf de boodschappen, op aanraden van mijn coach. Zo kom ik aan mijn **stappen** én kom ik meer **onder de mensen**."
Leo - 85 jaar

"Mijn coach raadde **wandelen** aan. Mijn kinderen gaan mee en we vinden het echt leuk om **samen meer te bewegen**."
Nathalie - 40 jaar

"Meer bewegen kan **goedkoop, dicht bij huis** en op **verschillende manieren**. Dat heeft mijn coach **mij doen inzien**."
Niki - 42 jaar

JE COACH HELPT JE VERDER!

www.bewegenopverwijzing.be

BEWEGEN • VERWIJZING

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

logo                     

Suggesties van vragen om binnen beroepsgroep te bespreken

Werkvorm lokaal te bepalen

- ▶ Wat is je **eerste reactie** op de mogelijkheid dat je kan doorverwijzen naar een Bewegen Op Verwijzing-coach?
- ▶ **Hoeveel %** van jouw patiënten/cliënten zouden in aanmerking komen?
 - **Welke 'type' patiënten** heb je zoal in gedachten?
- ▶ Hoe vind jij dat Bewegen Op Verwijzing jou helpt als *apotheker, diëtist, kinesitherapeut, maatschappelijk & sociaal werker, psycholoog of verpleegkundige*? **Welke meerwaarde** zie je voor jezelf dat je hierop een beroep kan doen?
- ▶ Denk je dat je **morgen** (bij volgende consultaties) patiënten/cliënten gaat doorverwijzen?
 - Hoe ga je dat **aanpakken**?
 - **Wat heb jij nodig** om jouw eerste doorverwijzing te maken?
- ▶ Wat maakt het voor jou **moeilijk/uitdagend** om patiënten/cliënten door te verwijzen naar een Bewegen Op Verwijzing-coach?
- ▶ Hoe denk jij dat de **samenwerking** er best zou uitzien?
 - Welke rol neem jij hierin op?
 - Welke rol neemt de Bewegen Op Verwijzing-coach hierin op?
 - Welke rol neemt de patiënt/cliënt hierin op?





Groepscoaching



BEWEGEN OP VERWIJZING

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Dankzij
m'n arts

Beweegplan op
mijn lijf
geschreven

Vraag meer uitleg
aan je apotheker

Gemotiveerd door onze
coach in de buurt !

Coach Pieter Metsu GSM 0472/417 355 | Brugge.Pieter@bewegenopverwijzing.be

WWW.BEWEGENOPVERWIJZING.BE

Vragen?

**BEWEGEN • P
VERWIJZING**

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Dankjewel Succes



Co-funded by the
health program of
the European Union



BRUGGE
DRAAIT OM
MENSEN



This presentation is part of the project „847174 / EUPAP” which has received funding from the European Union’s Health Programme (2014–2020). The content of this presentation represents the views of the author only and is his sole responsibility; it cannot be considered to reflect the views of the European Commission and/or the Consumers, Health, Agriculture and Food Executive Agency (CHAFEA) or any other body of the European Union. The European Commission and the Agency do not accept any responsibility for use that may be made of the information it contains.