

Stap 4. Verwijsopties

In dit voorbeeld geven wij de verwijsopties naar begeleiding bij meer bewegen zoals die in het UMCG georganiseerd waren tijdens het PIE=M project. Er was de mogelijkheid voor een verwijzing naar een professional in het ziekenhuis (intern) of naar een professional buiten het ziekenhuis (extern). Deze verwijsopties zijn bedoeld als voorbeeld. De contactinformatie van de partijen in dit document is verouderd en is niet bedoeld om in te zetten in een nieuw traject. Als je dat wel willen dan raden we aan zelf contact op te nemen met de betreffende organisaties. Deze zijn ook in je eigen omgeving aanwezig om hulp te bieden aan mensen die in beweging willen komen. Zorg ook voor specialistische zorg voor specifieke patiëntgroepen. Het kan noodzakelijk zijn voor bepaalde patiëntgroepen dat zij ondersteund worden door een gespecialiseerde zorgverlener.

Verwijsopties vanuit UMCG		
Geen verwijzing	---	---
Interne verwijzing	<ul style="list-style-type: none"> • Leefstijlcoach • Sportloket 	direct verwijzen, op poli orderen, in UMCG
Externe verwijzing	<ul style="list-style-type: none"> • Reguliere zorg • Gespecialiseerde zorg 	zoals fysiotherapie, oefentherapie, etc. zoals oncologische fysiotherapie
	<ul style="list-style-type: none"> • Gecombineerde Leefstijl Interventie 	eisen: <ul style="list-style-type: none"> - verwijzing via de huisarts - BMI > 25 Kijk op: www.huisvoorbeweging.nl/gecombineerde-leefstijlinterventies-van-huis-voor-beweging/over-beweegkuur/ Eisen voor vergoeding van de GLI / BeweegKuur vanuit het basispakket zijn: <ul style="list-style-type: none"> - Verwijzing moet via de huisarts (u moet eerst langs de huisarts) - BMI > 25
	<ul style="list-style-type: none"> • Beweegconsulent: 	
	Provincie Friesland	Berber van der Krieke (Sport Fryslan) berber@sportfryslan.nl 06-10323258
	Provincie Drenthe	Hans Leutscher (Sport Drenthe) hleutscher@sportdrenthe.nl 0528-233775
	Provincie Groningen	Huis voor de Sport Groningen Zie kaart volgende pg. voor opties:

Provincie Groningen:

Coördinator aangepast sporten:
 Janke Mars (HvdSG)
 j.mars@hvdsg.nl
 06-18687501

Manager inclusief sporten en bewegen:
 Janny Dekker (HvdSG)
 j.dekker@hvdsg.nl
 06-33307451

Beweegcoach+ interventie:
 Daniel Boeke (HvdSG)
 d.boeke@hvdsg.nl
 06-27418973

Sociaal Vitaal (ouderen):
 Jack Kamminga (HvdSG)
 j.kamminga@hvdsg.nl
 06-26975422

Teamregisseur Beweegcoaches:
 Siebren van der Molen (HvdSG)
 s.vandermolen@hvdsg.nl
 06-42115233

Maarten Westerhuis (HvdSG)
 m.westerhuis@hvdsg.nl
 06-41253214

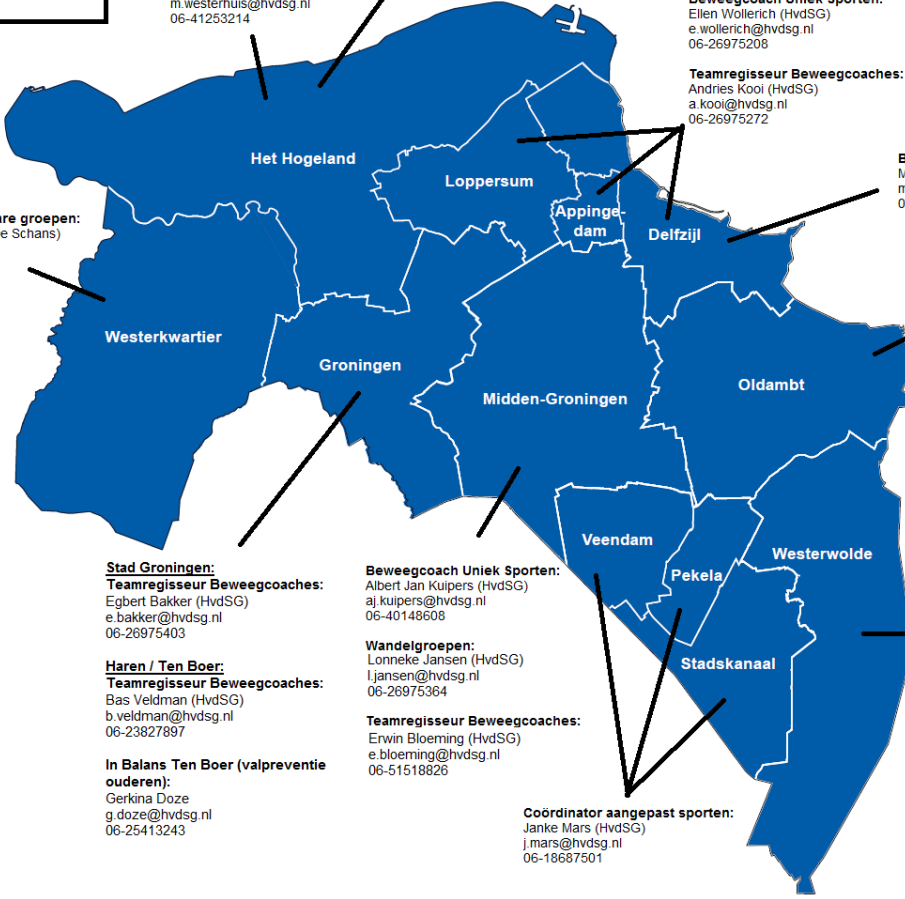
Beweegcoach Uniek Sporten:
 Ellen Wollerich (HvdSG)
 e.wollerich@hvdsg.nl
 06-26975206

Teamregisseur Beweegcoaches:
 Andries Kooi (HvdSG)
 a.kooi@hvdsg.nl
 06-26975272

Beweegcoach Uniek Sporten:
 Maaike van Leusden (HvdSG)
 m.vanleusden@hvdsg.nl
 06-10041743

Teamregisseur Beweegcoaches:
 Siebren van der Molen (HvdSG)
 s.vandermolen@hvdsg.nl
 06-42115233

Buurtsportcoach kwetsbare groepen:
 Simke Eding (sociaal werk De Schans)
 s.eding@swgz.nl
 0594-504711 (9-12 uur)



Stad Groningen:
Teamregisseur Beweegcoaches:
 Egbert Bakker (HvdSG)
 e.bakker@hvdsg.nl
 06-26975403

Haren / Ten Boer:
Teamregisseur Beweegcoaches:
 Bas Veldman (HvdSG)
 b.veldman@hvdsg.nl
 06-23827897

In Balans Ten Boer (valpreventie ouderen):
 Gerkina Doze
 g.doze@hvdsg.nl
 06-25413243

Beweegcoach Uniek Sporten:
 Albert Jan Kuipers (HvdSG)
 aj.kuipers@hvdsg.nl
 06-40148608

Wandelgroepen:
 Lonneke Jansen (HvdSG)
 l.jansen@hvdsg.nl
 06-26975364

Teamregisseur Beweegcoaches:
 Erwin Bloeming (HvdSG)
 e.bloeming@hvdsg.nl
 06-51518826


Coördinator aangepast sporten:
 Janke Mars (HvdSG)
 j.mars@hvdsg.nl
 06-18687501

Beweegcoach Uniek Sporten
 Taco de Jong (HvdSG)
 t.dejong@hvdsg.nl
 06-26975385

Beweegcoach+ interventie:
 Taco de Jong (HvdSG)
 t.dejong@hvdsg.nl
 06-26975385

Ineke Raukema (HvdSG)
 info@beweeglink.nl
 06-12496287

Sociaal Vitaal (ouderen):
 Jack Kamminga (HvdSG)
 j.kamminga@hvdsg.nl
 06-26975422

Websites		
www.voedingcentrum.nl	Gezonde recepten, e-nummers, zoetstoffen, recepten	
www.hartstichting.nl/gezond-leven	Adviezen over een gezonde leefstijl tegen hartziekten	
www.diabetesfonds.nl	Adviezen over een gezonde leefstijl tegen diabetes	
www.nierstichting.nl/kruidenwijzer	Tips over het vervangen van zout door kruiden	
www.nierstichting.nl/zoutmeter#/	De zoutmeter laat zien hoeveel zout je eet en wat je kunt doen om het te minderen.	
www.fatsecret.nl	Voeding platform om eetgedrag bij te houden	
www.allesoversport.nl	Kennis platform over alles wat met beweging te maken heeft	
www.myfitnesspal.nl	Beweging/voeding platform om beweeg- en eetgedrag bij te houden	
www.stivoro.nl	Hulp bij stoppen met roken	
www.rokeninfo.nl	Hulp bij stoppen met roken	
www.ikstopnu.nl	Hulp bij stoppen met roken	
Apps		
GGD App-store	Allerlei informatieve apps voor een gezonde leefstijl	
Mijn eetmeter	Eetdagboek dat helpt om gezonder te eten	
Slim koken	Maakt boodschappen doen, lekker koken en bewaren makkelijk en leuk	
Aqua alert	Herinnering voor water drinken	
Kies ik gezond	Scan, zoek en vergelijk producten om gezonde keuzes te maken	
Fatsecret	Eetdagboek dat helpt om gezonder te eten	
Samen gezond Menzis	Hulp bij een gezonde leefstijl	
My fitness pall	Hulp bij bewegen/voeding	
Quit now	Hulp bij stoppen met roken	