

CooL®

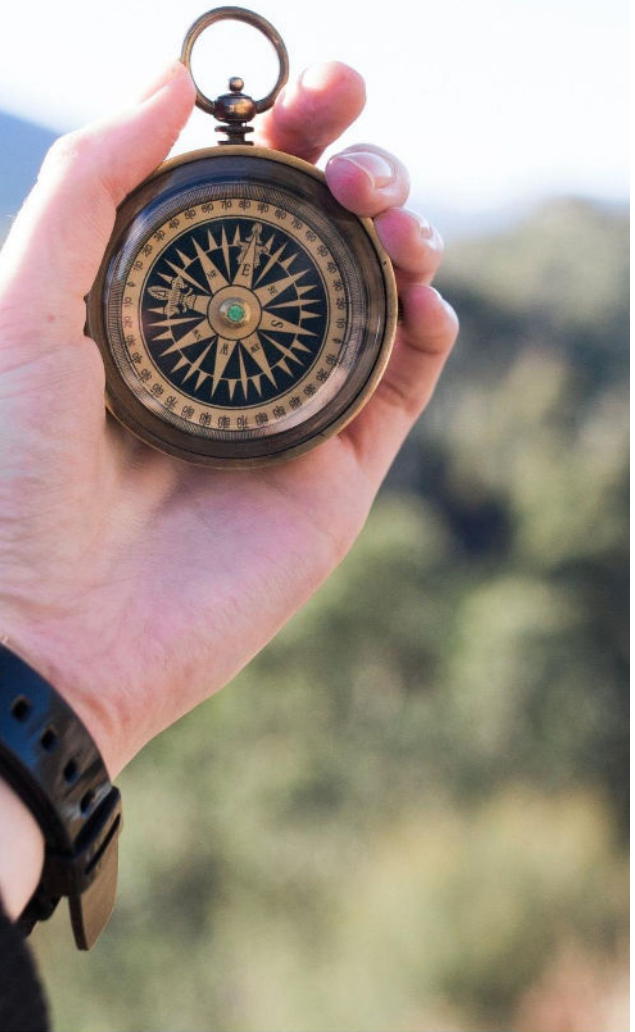
COACHING OP LEEFSTIJL

& andere GLI's

in opdracht van:

academie coaching en leefstijl

CooL®
COACHING OP LEEFSTIJL



Inhoud

- ✓ Introductie Ester en Nicole
- ✓ Wat is een GLI
  - ✓ Diverse erkende GLI's
  - ✓ Inclusiecriteria
  - ✓ Uitvoerders en verwijzers
- ✓ GLI's CooL en CooL-MiGuide
  - ✓ Expertisecentrum Leefstijlinterventies
  - ✓ Kenmerken
  - ✓ Waarin is CooL anders
- ✓ Ontwikkelingen GLI en CooL specifiek

EXPERTISECENTRUM
LEEFSTIJLINTERVENTIES

Wie zijn wij?

Nicole Philippens en Ester Janssen

Expertisecentrum Leefstijlinterventies

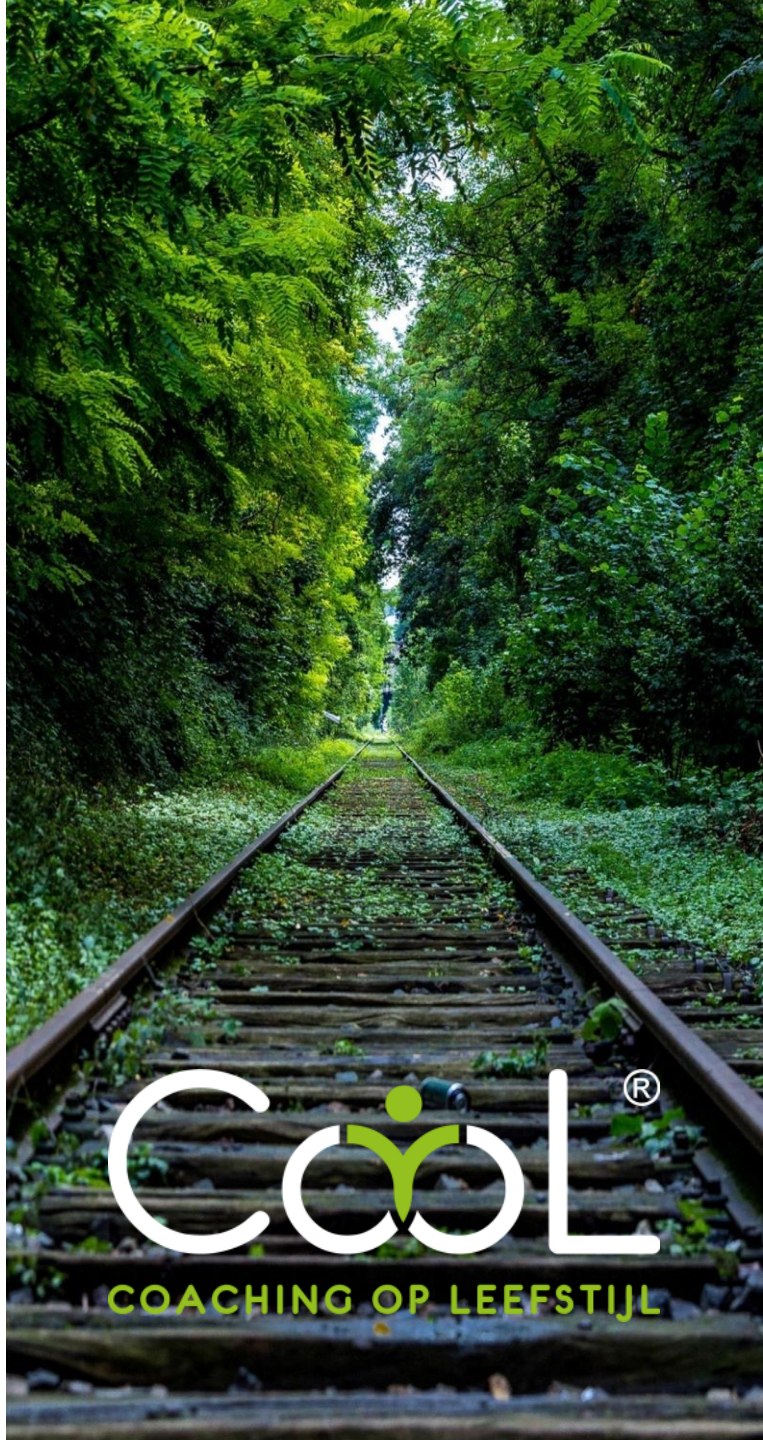
Eigenaren van de GLI's CooL en CooL-MiGuide

Maastricht University

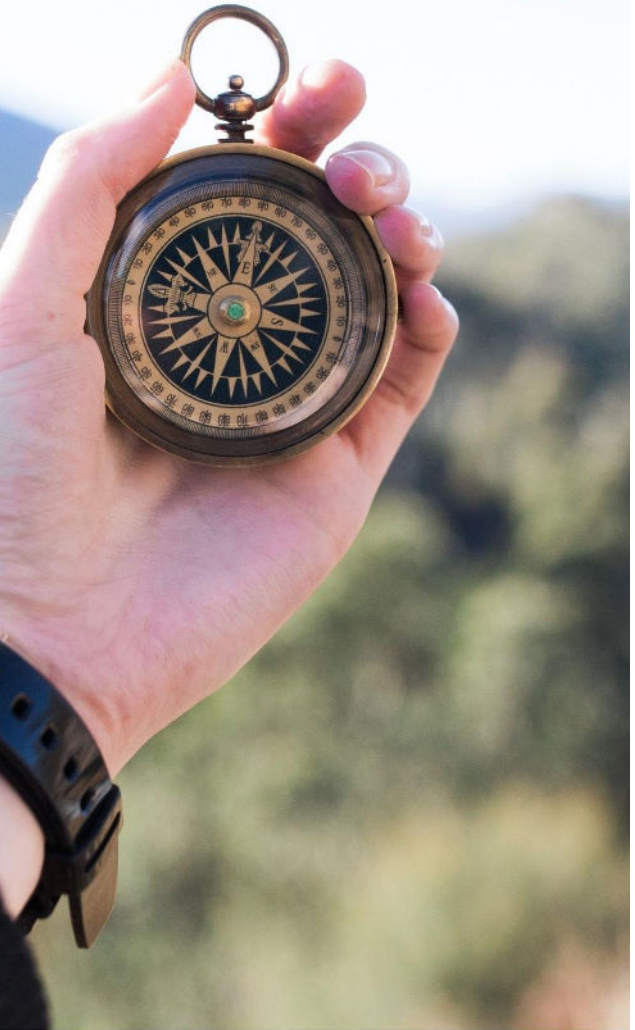
Onderzoekers (duo promotie)

Verbondenheid met Academie Coaching en Leefstijl

EXPERTISECENTRUM
LEEFSTIJLINTERVENTIES



CooL®
COACHING OP LEEFSTIJL



Wat is een GLI?

- ✓ 24 maanden
- ✓ Ten minste aandacht voor voeding, beweging, gedragsverandering
- ✓ Volwassenen en kinderen: aparte GLI's
- ✓ Inclusiecriteria volwassenen op BMI, buikomvang, evt comorbiditeit en motivatie
- ✓ Doel: gewichtsvermindering (of stabilisatie) en verhoging kwaliteit van leven

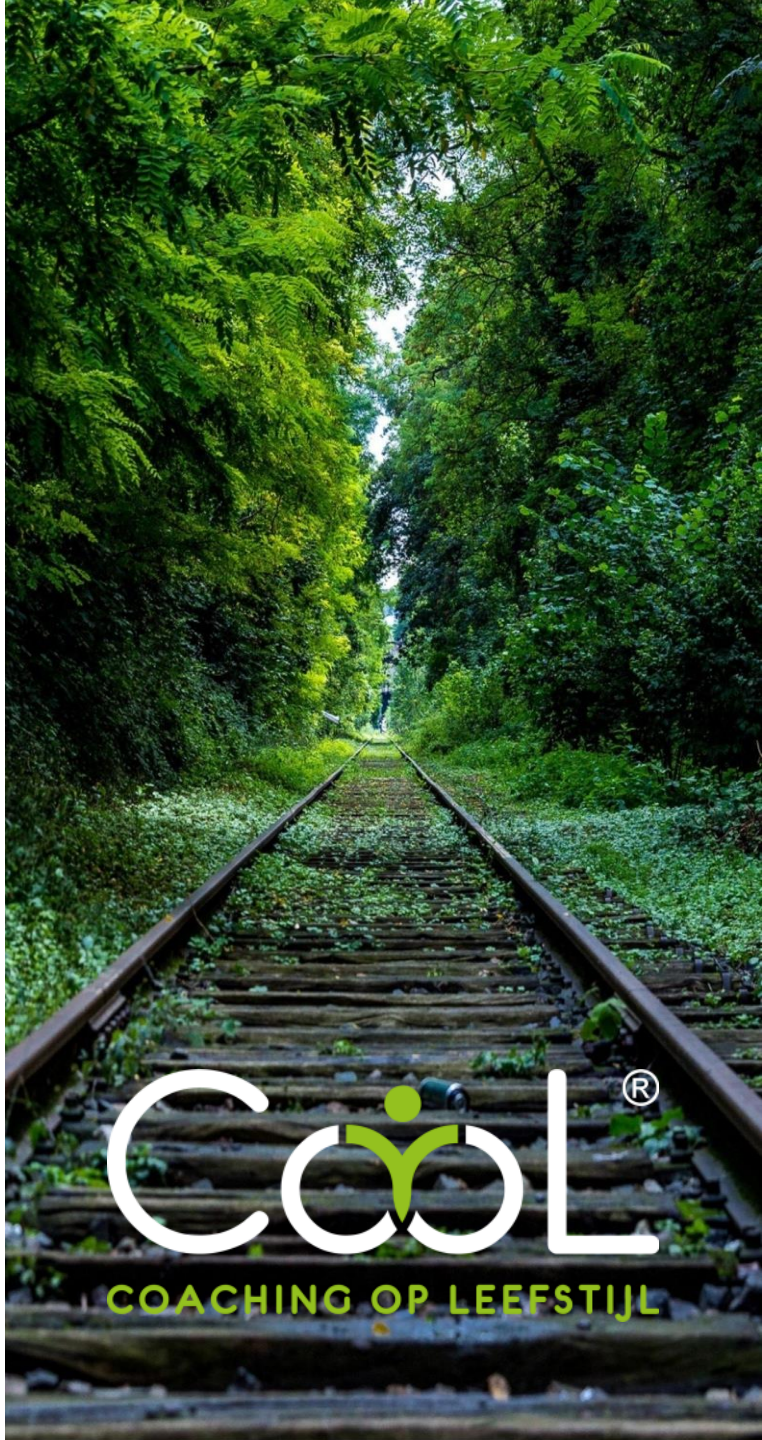
EXPERTISECENTRUM
LEEFSTIJLINTERVENTIES

Wat is een GLI? (inclusie)

1. **Leeftijd**: 18 jaar of ouder

2. (**Over)gewicht:**
A. **BMI tussen 25 en 35**, in combinatie met een grote buikomvang: vrouwen 88+ cm of meer. 102+ cm --- OF
B. **BMI tussen 25 en 35** én een of meer ziekten die met overgewicht samenhangen (zoals bijvoorbeeld diabetes, hart- en vaatziekten, slaapapneu of artrose) --- OF
C. **BMI vanaf 35**.

3. **Motivatie**: voldoende motivatie om GLI van 24 maanden te doorlopen



Diverse erkende GLI's

BeweegKuur
HET BESTE RECEPT VOOR UW GEZ

SAMEN SPORTIEF IN BEWEGING

CooL
COACHING OP LEEFSTIJL

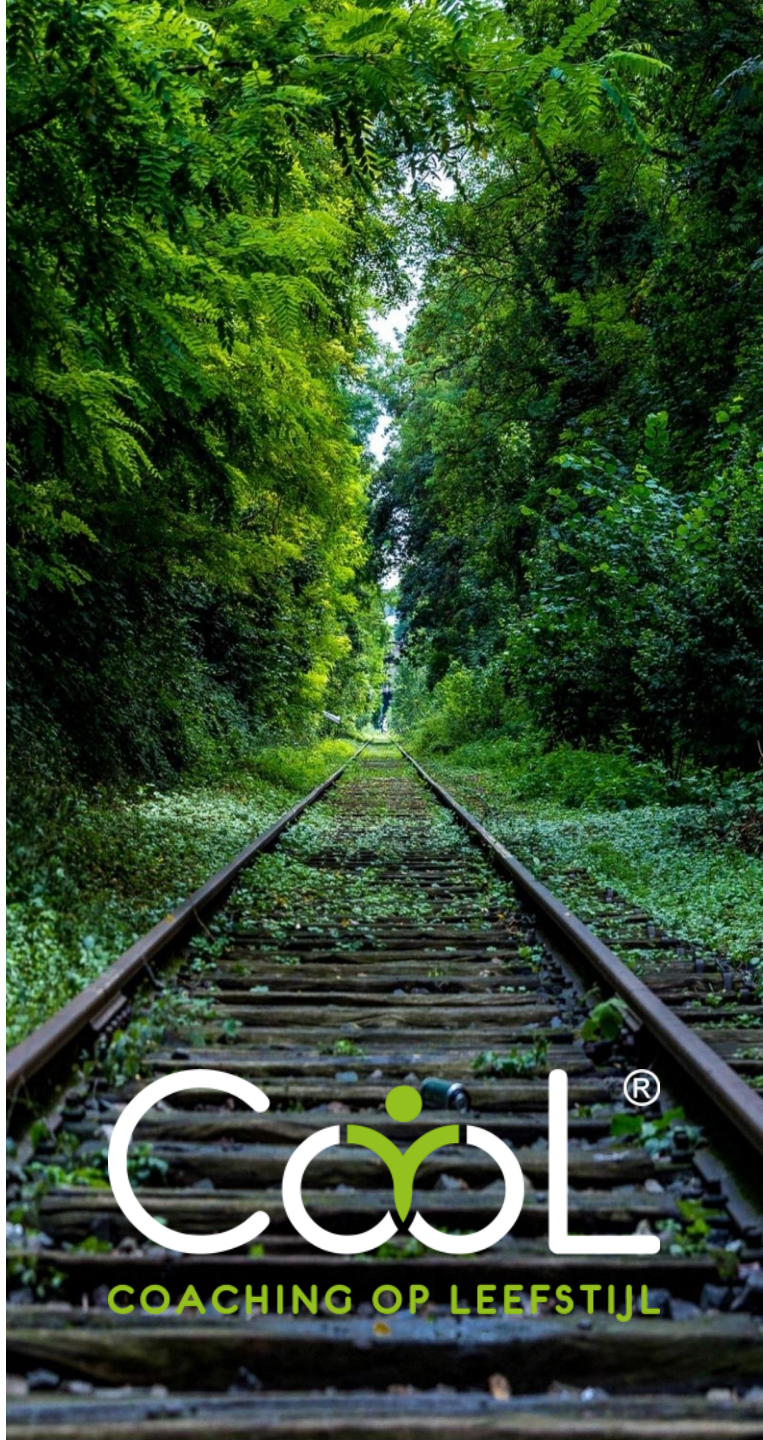
Voeding Leeft | KEER DIABETES2 OM

MijGuide

WLS MER gezonde leefstijl

Xfittt GLI

Dekking afhankelijk van inkoopbeleid zorggroepen en beschikbaarheid zorgaanbieders



Uitvoerders en verwijzers

Verwijzers:

- ✓ Eerste lijn: HA en POH-er
- ✓ Tweede lijn: internist (let op voorwaarden verzekeraar)

Uitvoerders:

- ✓ Leefstijlcoach (BLCN) lid van KABIZ
- ✓ Diëtist (NVD) met GLI-aantekening
- ✓ Fysiotherapeut (KNGF) met GLI-aantekening
- ✓ Oefentherapeut (VvOCM) met GLI-aantekening

CooL® COACHING OP LEEFSTIJL

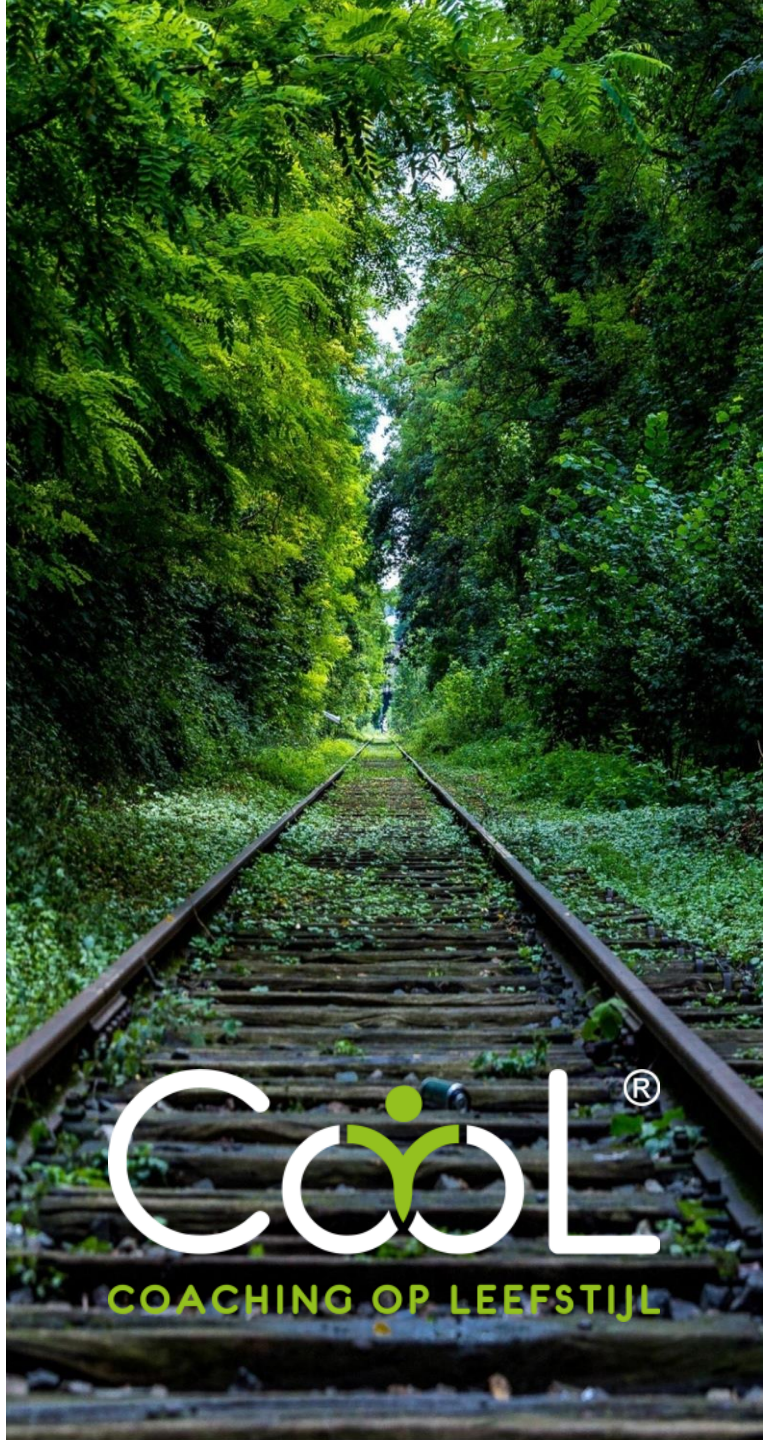


EXPERTISECENTRUM LEEFSTIJLINTERVENTIES

Expertisecentrum Leefstijlinterventies

- ✓ Eigenaar van GLI's CooL en CooL-MiGuide
- ✓ Doel: voorwaarden scheppen voor uitvoerders t.b.v. kwaliteit uitvoering CooL
- ✓ Faciliteren uitrol en ontwikkeling van de CooL-interventie, zorgdragen voor continuïteit.
- ✓ Daarnaast focus op:
  - ✓ inhoudelijke doorontwikkeling (best practice)
  - ✓ borgen van de resultaten (resultaatmeting/promotie-onderzoek)

EXPERTISECENTRUM
LEEFSTIJLINTERVENTIES



CooL and CooL MiGuide

- ✓ Eén uitvoerder: de leefstijlcoach
- ✓ Fase 1 van 8 mnd, fase 2 van 16 mnd.
- ✓ Gelijke waarde voor de leefstijlthema's (voeding, beweging, slaap, persoonlijke balans, persoonlijke identiteit en gedragsverandering als gemene deler)
- ✓ Verhoogde kwaliteit van leven
- ✓ Deelnemer heeft regie



EXPERTISECENTRUM
LEEFSTIJLINTERVENTIES

Typisch aan CooL

- Uitgangspunt: opleiding ACL (volledige opleiding tot HBO leefstijlcoach, BLCN competentieprofiel)
- Eén uitvoerder voor de groep: de leefstijlcoach
- Open interventie, geen programma protocol

> De kracht van CooL zit in de CooL-coach. Hoe beter die kan aansluiten op de deelnemer en zijn context, hoe effectiever het programma.

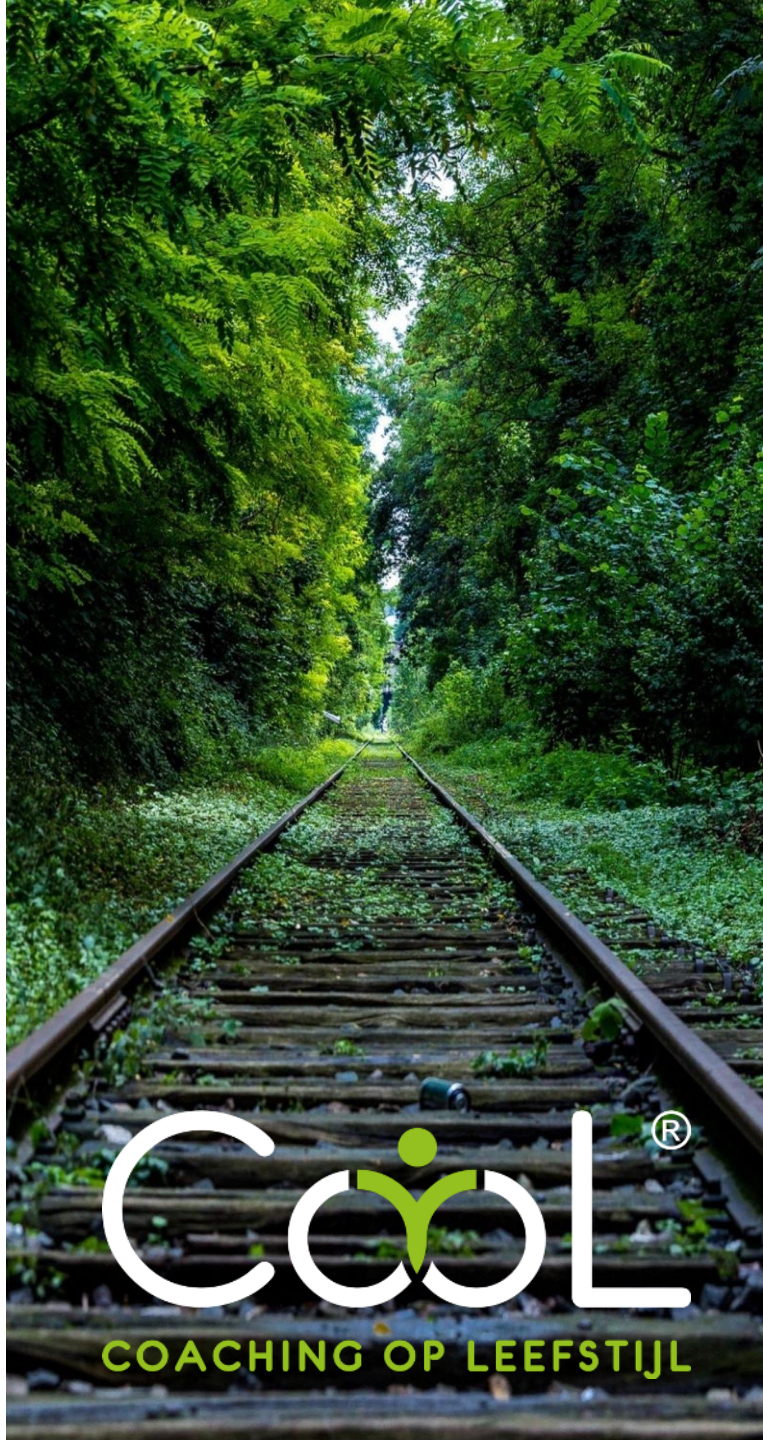


EXPERTISECENTRUM LEEFSTIJLINTERVENTIES

Ontwikkelingen GLI

- ✓ Stabilisering aantal GLI’s
- ✓ Doorontwikkeling naar aanpak op maat
- ✓ Optimaliseren match (hulp)vraag en (zorg)aanbod
- ✓ Sterkere rol betrokken beroepsverenigingen (BLCN, KNGF, NVD)
- ✓ Meer nadruk op netwerkaanpak

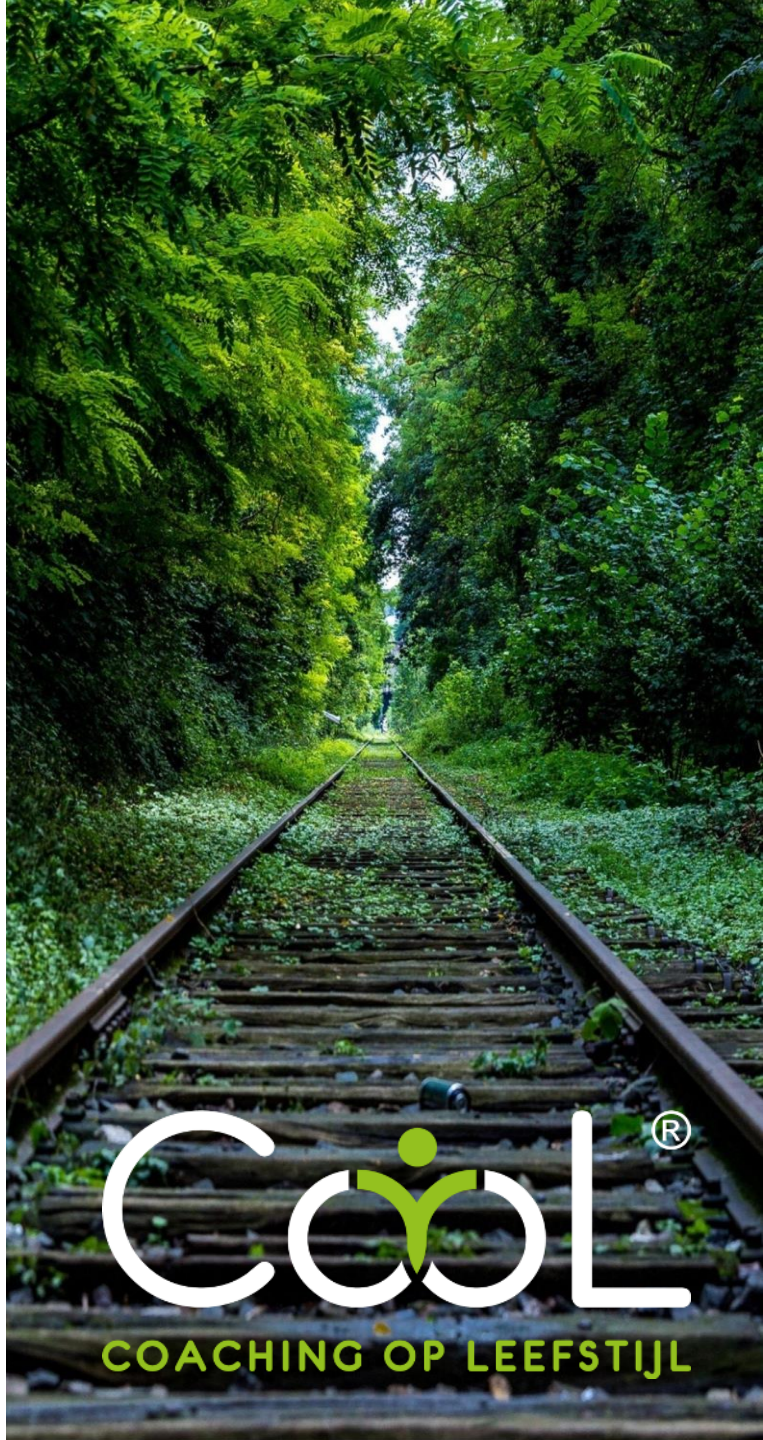
EXPERTISECENTRUM
LEEFSTIJLINTERVENTIES



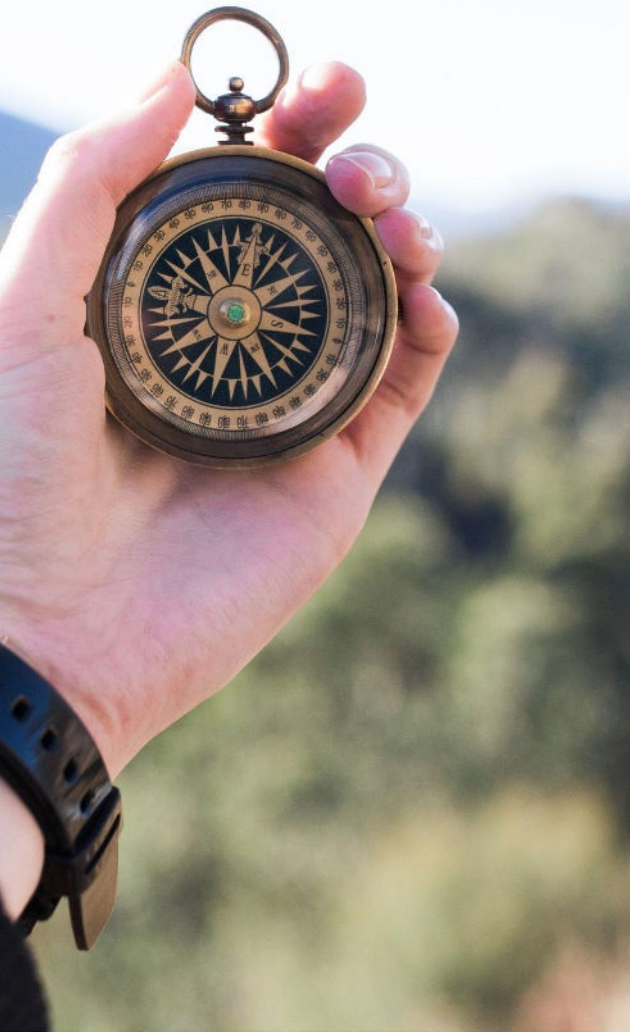
CooLe ontwikkelingen

- ✓ Aanbod CooL Family
- ✓ Uitbreiding aantal varianten voor zowel CooL als CooL-MiGuide
- ✓ CooL app for coaches en deelnemers
- ✓ Digitale data verzameling via de Universiteit Maastricht
- ✓ Nieuwe elearnings voor coaches
- ✓ Promotie met symposium

EXPERTISECENTRUM
LEEFSTIJLINTERVENTIES



CooL®
COACHING OP LEEFSTIJL



Meer informatie over CooL

- ✓ Website www.leefstijlinterventies.nl
- ✓ Startpakket: elearning en digitale startinstructie, aanmelden via website nadat je het diploma als leefstijlcoach hebt ontvangen (lidmaatschap BLCN)

Samenwerking ELI-ACL:

- ✓ Optioneel aanvullende trainingen zoals metabole gezondheid, coaching op snaaigedrag, dopamine voor leefstijlcoaches

EXPERTISECENTRUM
LEEFSTIJLINTERVENTIES