

10 tips

voor zorgverleners

over samenwerking tussen zorgverleners¹ en sport- en beweegaanbieders



Bedenk waarom samenwerken met sport- en beweegaanbieders voor jou interessant is. Wat wil je ermee bereiken? Als je gelooft in de winst die het kan gaan opleveren, is het makkelijker om aan de voorkant te investeren in de samenwerking!

- Voor welke patiënten is een doorverwijzing naar regulier bewegen relevant?
- Wat kan de **gezondheidswinst** zijn?
- Wat betekent dat voor jou als zorgverlener?



Informeer bij de gemeente, lokale of provinciale sportorganisatie naar de inzetbaarheid van een **buurtsportcoach** of beweegmakelaar. In steeds meer gemeenten zijn buurtsportcoaches actief op de verbinding van sport met andere sectoren. Buurtsportcoaches kunnen een schakelrol vervullen in de wijk en als aanspreekpunt dienen voor zorgverleners. Zij zijn goed op de hoogte van het sport- en beweegaanbod voor alle doelgroepen. Dit is efficiënter dan contacten onderhouden met alle sport- en beweegaanbieders in de wijk. Echter: het leren kennen van sport- en beweegaanbieders kan wel bijdragen aan vertrouwen in elkaar en een betere doorverwijzing en ook terugverwijzing!



Zorg dat je weet wat je patiënt wil en kan, als het gaat om sporten en bewegen. Probeer aan te sluiten bij zijn of haar **motivatie**, wensen en mogelijkheden. Ook de financiële mogelijkheden spelen een rol en kunnen beperkend zijn. Vaak is ook hier een oplossing voor, zoals gesubsidieerd aanbod of een kortingspas die de gemeente biedt aan mensen met een laag inkomen. Informeer hiernaar bij de gemeente, lokale of provinciale sportorganisatie.



Zorg ervoor dat je op de hoogte bent van het sport- en beweegaanbod in de buurt voor mensen met een beperking of een chronische ziekte. Vaak heeft een gemeente, een buurtsportcoach, of een lokale of provinciale sportorganisatie al een **overzicht van sport- en beweegactiviteiten** voor verschillende doelgroepen. Als zo'n overzicht nog niet bestaat, kan een stagiair en/of een buurtsportcoach dit oppakken.



Als je weet wat iemand wil en kan, is doorverwijzen de volgende stap. Alleen adviseren om meer te gaan bewegen is vaak niet voldoende om mensen in beweging te krijgen. Zoek in overleg met de betreffende patiënt naar een **passend beweegaanbod** in de wijk. In de huisartsenpraktijk kan de praktijkondersteuner of assistente deze taak op zich nemen. Is er een buurtsportcoach of beweegmakelaar in de wijk? Dan kan deze hier een rol in spelen.

¹ Deze tips zijn gebaseerd op kennis van en ervaring met samenwerking met eerstelijns zorgverleners, zoals huisarts, praktijkondersteuner en fysiotherapeut.



Realiseer je dat het woord 'sporten' sommige patiënten afschrikt, terwijl termen als 'samen bewegen' en 'plezier en gezelligheid' juist aanspreken. Beweegaanbod heeft vaak ook een **sociale component**. Het voordeel hiervan is dat beweging niet alleen leidt tot een actievere leefstijl en hopelijk gezondheidswinst. Bewegen helpt ook als bestrijding van eenzaamheid, tegengaan van depressie, voor valpreventie en weerbaarheid.



Ga in gesprek met de buurtsportcoach en/of aanbieders van laagdrempelige sport- en beweegactiviteiten. Wees open over wat jij belangrijk vindt aan **kwaliteit** van sport- en beweegaanbod en begeleiding van patiënten. En vooral ook waarom jij dat belangrijk vindt, vanuit het perspectief van de patiënt. Als vraag en aanbod niet direct een 'match' zijn, bespreek dan de mogelijkheden om nieuw aanbod te creëren of aanbod aan te passen.



Realiseer je dat je gaat samenwerken met een andere sector en dus een **andere cultuur**. In de sportwereld werken behalve professionals veel vrijwilligers vol passie aan de begeleiding van mensen bij sport en bewegen. Deze vrijwilligers hebben overdag vaak een andere baan. Zij werken in de avonden of weekenden voor de sport- of beweegaanbieder en zijn dus op andere tijden bereikbaar of inzetbaar.



Maak (indien gewenst) afspraken met sport- en beweegleiders over **terugkoppeling** van voortgang en resultaten van patiënten. Het is voor sport- en beweegaanbieders niet een standaard procedure om deze terugkoppeling te geven, waar dat voor zorgverleners heel logisch lijkt.



Last but not least: als er contact is, en er zijn afspraken gemaakt over samenwerking, **verwijs dan ook regelmatig mensen door!** Beweegaanbod voor deze doelgroep kan niet blijven bestaan zonder nieuwe instroom. Voor zowel deelnemers/patiënten als de sport- en beweegaanbieders is het frustrerend als groepen opgeheven moeten worden vanwege te weinig instroom.



MEER INFORMATIE IS TE VINDEN OP WWW.NISB.NL: IN HET THEMADOSSIER 'VERBINDEN VAN ZORG, SPORT EN BEWEGEN';

PRAKTIJKVOORBEELDEN, TIPS EN INSTRUMENTEN OVER SAMENWERKING TUSSEN ZORGVERLENERS EN SPORTAANBIEDERS VIND JE IN DE [NETWERKWIJZER ZORG, SPORT EN BEWEGEN](#).



NISB

Nederlands Instituut
voor Sport & Bewegen

Horapark 4, 6717 LZ Ede P Postbus 634, 6710 BP Ede T (0318) 490 900 E info@nisb.nl
www.nisb.nl • www.netwerkinbeweging.nl • [youtube.com/NISBsportenbewegen](https://www.youtube.com/NISBsportenbewegen) • [@NISBtweet](https://twitter.com/NISBtweet)