

PRAKTIJKCASE

# Samenwerking tussen zorg & sport in de praktijk: *Beweegcoach*



maart 2022

# Samenwerking tussen zorg & sport in de praktijk: Bewegcoach

Rotterdam Sportsupport zette het online platform Bewegcoach op als brug tussen sport en zorg. We spreken erover met Gert-Jan Lammens (directeur Rotterdam Sportsupport) en Ellen Breedveld (projectmedewerker Rotterdam Sportsupport).

## Wat houdt Bewegcoach in?

“Bewegcoach is een digitaal platform met een overzicht van al het laagdrempelige sport- en beweegaanbod in Rotterdam. Dit aanbod richt zich op mensen die niet of nauwelijks bewegen, en is door ons geselecteerd om kwaliteit te waarborgen. De laagdrempeligheid zit niet alleen in het niveau, maar ook kosten en afstand. Zorgprofessionals zoals huisartsen, fysiotherapeuten en diëtisten verwijzen cliënten naar dit beweegaanbod. Ze kijken wat bij de cliënt past en kunnen diegene direct aanmelden, de professionals worden daarbij ondersteund door het servicepunt van Bewegcoach. De aanvraag komt vervolgens bij de sport- of beweegaanbieder terecht, die contact opneemt met de deelnemer en deze uitnodigt voor een proefles. Cliënten met lichamelijke klachten of een bepaalde beperking kunnen bovendien een gratis fysiocheck krijgen bij FysioHolland, waarmee we samenwerken.”

## Waarom zijn jullie met Bewegcoach gestart?

“We ervoeren het succes van eerdere projecten zoals ‘Bewegen naar Werk’, waarmee we mensen via sport en bewegen begeleiden naar werk. We dachten toen: kunnen we ook mensen met chronische ziekten of andere aandoeningen op deze manier helpen? Daar is Bewegen naar Beter uit ontstaan, waarbij mensen met een gezondheidsprobleem werden geleid naar bewegen. Om dat effectief te doen, moesten we iets bedenken om de brug te slaan naar zorgprofessionals. Want zij zien deze mensen al. Bewegcoach is ontwikkeld om de werelden van sport en zorg te verbinden. We merkten ook dat zorgprofessionals overzicht misten van al het laagdrempelige sportaanbod. In de spreekkamer komen veel mensen voor wie bewegen goed zou zijn, maar zorgprofessionals hebben vaak geen idee waar ze iemand naartoe moeten sturen. Wat is er allemaal, waar en voor wie? Waar moet ik rekening mee houden als ik iemand doorverwijs? Bewegcoach biedt daarin een uitkomst. Tot slot voelden we de maatschappelijke urgentie: we moeten met z’n allen écht de stap maken van curatief naar preventief. Het is anders niet meer te financieren. Als non-profit willen we daar ons steentje aan bijdragen. Bovendien wordt de kracht van bewegen nog te weinig benut om mensen weerbaarder te maken.”

## Welke organisaties zijn hierbij betrokken?

“Toen we hiermee aan de slag wilden, zijn we in gesprek gegaan met onder andere:

- Gemeente Rotterdam (afdelingen Publieke Gezondheid, Welzijn, Zorg en Sport en Cultuur)
- IZER (zorggroep van en voor huisartsen in de regio)
- Fonds Achterstandswijken Rotterdam (opgericht vanuit huisartsen voor ‘hun’ wijken)
- Stichting MEE
- FysioHolland (vertegenwoordiging fysiotherapiepraktijken)
- Sportbedrijf

Uiteindelijk hebben ook op landelijk niveau partijen meegedacht, zoals PON (Platform Overgewicht Nederland). Rotterdam is namelijk benoemd als koplopergemeente in het Nationaal Preventieakkoord. Uiteindelijk startten we begin 2020 met Beweegcoach.”

## Wat zijn de belangrijkste resultaten?

“Het aantal deelnemers stijgt steeds sneller. Inmiddels zijn het er zo’n 150. Let wel: dat zijn dus mensen die voorheen níet aan bewegen deden. Ook het aantal deelnemende zorgprofessionals stijgt steeds sneller. Dat zijn nu er ruim 100. Het resultaat van Beweegcoach is ook dat eigenaarschap ontstaat bij clubs: het wordt echt iets van de sport. Wij werken samen met bestaande sportaanbieders, in het bijzonder sportverenigingen. Dat biedt continuïteit, voorwaarde is wel dat je zicht hebt op de kwaliteit van het aanbod. Bijkomend voordeel: deelnemers vinden bij zo’n sportclub ook een sociaal netwerk. Wij geloven niet alleen in de kracht van sport en bewegen, maar ook in de kracht van verenigen. Dat vergroot de kans dat ze blijven komen. Op ‘hoger niveau’ is het resultaat dat die verbinding tussen de domeinen steeds sterker wordt; wij hopen dat dit ook leidt tot meer doorverwijzingen. Ook ervaren zowel sport als zorg bijkomende voordelen, naast ‘iets goeds doen’. Voor de sport betekent het nieuwe aanwas van deelnemers en leden. Voor de zorg betekent het een kans om cliënten echt vooruit te helpen én helpt het de werkdruk verlichten, doordat het makkelijker wordt iemand door te sturen. We zouden het mooi vinden als we op termijn meer op resultaten kunnen gaan monitoren.”

## Wat zorgt voor een goede samenwerking?

“Wat goed werkt aan de sportkant: vanuit Sportsupport weten we hoe de 350 Rotterdamse verenigingen in elkaar zitten, daar kunnen we op inspelen. We houden ook jaarlijks een Vitaliteitsmonitor, waarmee we bijhouden hoe vitaal clubs zijn. Met de vitale clubs gaan we in gesprek of ze maatschappelijk meer willen doen. Als zij aanhaken, komt het dus vanuit intrinsieke motivatie én vanuit een organisatie met een sterke basis. Dat biedt zekerheid om de kwaliteitsbelofte waar te maken naar de zorg.

Wat verder goed werkt: zorgprofessionals bezoeken Beweegcoach zélf met cliënten. Dat is belangrijk, want deze mensen komen niet zomaar in beweging. Ze met een flyer naar huis sturen werkt niet. In Beweegcoach kan de professional ook filteren om passend aanbod te vinden. Bovendien staan er foto’s bij om mensen enthousiast te maken. En cliënten

kunnen naar het Sportsupport Servicepunt bellen. Dat ontzorgt de zorgprofessional. Ook voor deelnemers maken we het zo makkelijk mogelijk. Iemand wordt aangemeld door een professional, benaderd door een aanbieder, bij de proefles ontvangen door een gastheer of -vrouw. En we hebben het vooral over bewegen, want 'sport' kan afschrikken.”

### **Hoe zorgen jullie ervoor dat de interventie goed blijft lopen?**

“We sluiten aan op de doelstellingen in het gezondheidsbeleid. We blijven sport positioneren/profileren naar zorg professionals als onderdeel van elke oplossing. We proberen ook zorgprofessionals zoveel mogelijk te betrekken. Zo kunnen ze een online demonstratie over Bewegcoach krijgen. We sturen ook communicatiepakketten naar hen op. Wat verder helpt om hen betrokken te houden: ze kunnen een account aanmaken en in een dashboard de doorverwezen cliënten volgen. Daar staat bijvoorbeeld of iemand lid geworden is, of gestopt is en waarom. Met beweegaanbieders kijken we hoe ze (meer) laagdrempelig aanbod kunnen organiseren.



We werken ook samen met de Gecombineerde Leefstijlinterventies (GLI) in Rotterdam. Wij koppelen sport aan een interventie: verenigingen komen dan naar een groep GLI-deelnemers toe met een clinic. Het idee is dat de GLI-leefstijlcoach vervolgens deelnemers via Bewegcoach naar de vereniging naar keuze doorstuurt. We benutten ook ons zelflerend vermogen. We zijn ons ervan bewust dat we er nog lang niet zijn en bekijken telkens: hoe laten we Bewegcoach nog beter aansluiten op de praktijk?"

### **Hoe kregen jullie het financieel voor elkaar?**

"Dankzij het Fonds Achterstandswijken hebben wij jarenlang ervaring op kunnen doen met een sport- en bewegedatabase, maar omdat we daarbij andere behoeften merkten bij de zorgverlener hebben wij daarom een digitaal platform dankzij VINCI kunnen ontwikkelen. Met dit private geld hebben we het platform opgezet. Dit platform hebben wij kunnen borgen dankzij de afdeling Publieke Gezondheid van de Gemeente. Dat is redelijk uniek. Ook hebben we een collectieve deal gesloten met zorgverzekeraar VGZ. Zij betalen de eerste 16 weken van dit aanbod. Een derde van de deelnemers maakt daarvan gebruik. We proberen Bewegcoach wetenschappelijk onderbouwd te krijgen, want het zijn van een erkende interventie brengt de (financiële) borging dichterbij en het verbreedt de schaalbaarheid naar andere gemeenten."

### **Waar liepen jullie tijdens het opzetten tegenaan en hoe gingen jullie hiermee om?**

"Het was aanvankelijk best lastig om zorgprofessionals mee te krijgen. We hebben daarom verschillende strategieën gebruikt. We hebben 'good practices' gedeeld, zoals een huisarts die vertelt wat het voor zijn cliënten heeft betekend. En we hebben cliënten zelf aan het woord gelaten. Ook hebben we Liesbeth van Rossum als 'icoon' benut; zij schreef bijvoorbeeld iets over Bewegcoach in haar nieuwsbrief naar huisartsen. Dat geeft veel vertrouwen. Om zorg en sport te verbinden, moesten we inspelen op bepaalde drempels. De sportclubs waren vooral ingesteld op prestatieve sport, maar voor Bewegcoach is ander aanbod nodig: laagdrempelig, meer gericht op samenzijn. We hebben gewerkt aan die andere mindset. Voor zorgprofessionals was het cruciaal dat het kwalitatief aanbod is. Zij willen iemand met een kwetsbare positie echt op de goede plek hebben. Bij zorgverzekeraars is het probleem dat zij hier meestal geen vrij geld voor hebben, vanwege de Zorgverzekeringswet. Ze moeten het dus uit marketingbudgetten betalen. Dat moet veranderen, wil je ook hen substantieel kunnen laten bijdragen. Een ander financieel struikelblok is dat de zorg zegt: dit is van sport, daar investeren wij niet in. En vice versa. Bij ons financiert de overheid, maar ook daarbij geldt: door verkokering binnen lokale overheden is het lastig om sectoroverstijgende interventies te financieren. Om deze samenwerking van de grond te krijgen, moesten we dus over de grenzen heen kijken. Anders veranderen wij niets."

## Welke eventuele risico's zien jullie momenteel voor verdere samenwerking?

“Misschien lukt het niet om de financiering rond te blijven krijgen. En er zijn meer praktische risico's: dat er iets misgaat waardoor het vertrouwen bij de zorg wegvalt. Bijvoorbeeld als er door nalatig handelen bij een beweegaanbieder iets met een cliënt gebeurt. Om dat risico te beperken, zijn we streng bij het selecteren van aanbieders.”

## Wat zijn verder tips voor andere partijen om een samenwerking op te zetten?

- ➔ Zet in op de 'haakbaarheid' in plaats van maakbaarheid: organiseer niet weer iets nieuws, maar haak aan op wat er al is.
- ➔ Benut succesverhalen en vertrouwensrelaties, ook met iconen. Het werkt krachtiger als je gebruikers over jouw product laat vertellen. Al heb je maar enkele enthousiaste zorgprofessionals: zet ze in de schijnwerpers!
- ➔ Heb kennis van lokaal sport-, zorg- en gezondheidsbeleid. Zoek de gemeenschappelijke deler en speel daarop in om financiering vanuit de gemeente te regelen.
- ➔ Durf een beetje rebels te zijn. Gewoon eens inspreken bij de gemeenteraad: “Zou het niet mooi zijn om hier geld voor te reserveren?” Creëer reuring.
- ➔ Investeer in warme relaties met overheden en politici.
- ➔ Ga voor cofinanciering. Als je een marktpartij vindt die een deel dekt, stapt de overheid eerder in.”