



Gezondheidswinst als doel Bewegen Op Voorschrift (BOV)

Femke Deboutte, WGC De Ridderbuurt

Patricia Decraene, RISO Vlaams Brabant

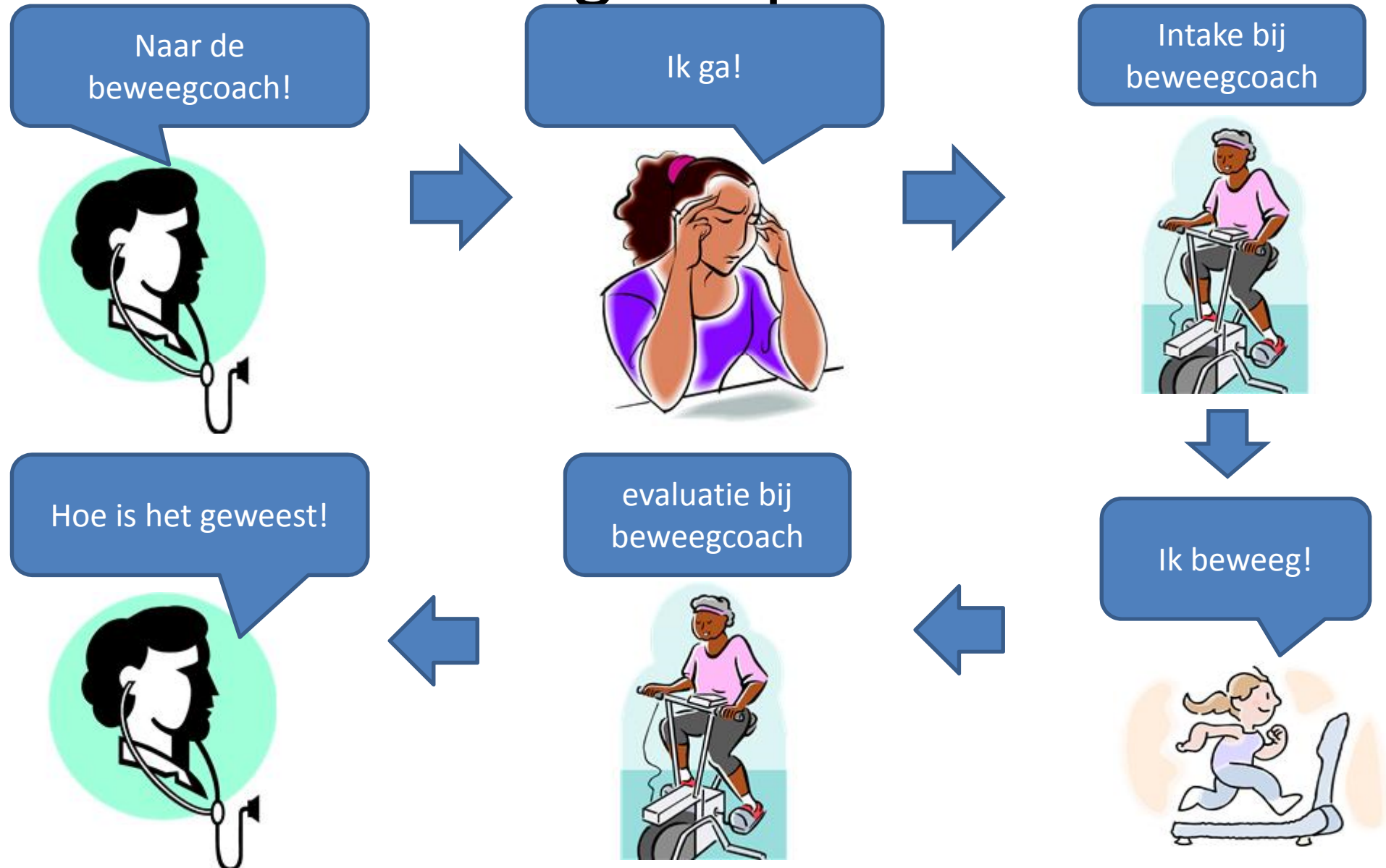


Ontstaan ? Basis

- Buurtsport Stad Leuven: aanbod
 - Kinesitherapeuten WGC De Ridderbuurt
 - bewegen als ‘preventie’ (los van ‘curatieve’)
 - Huisarts
 - ‘bewegen’ in kader van therapie, preventie
- ‘Bewegen op recept’, Den Haag (Ndl)

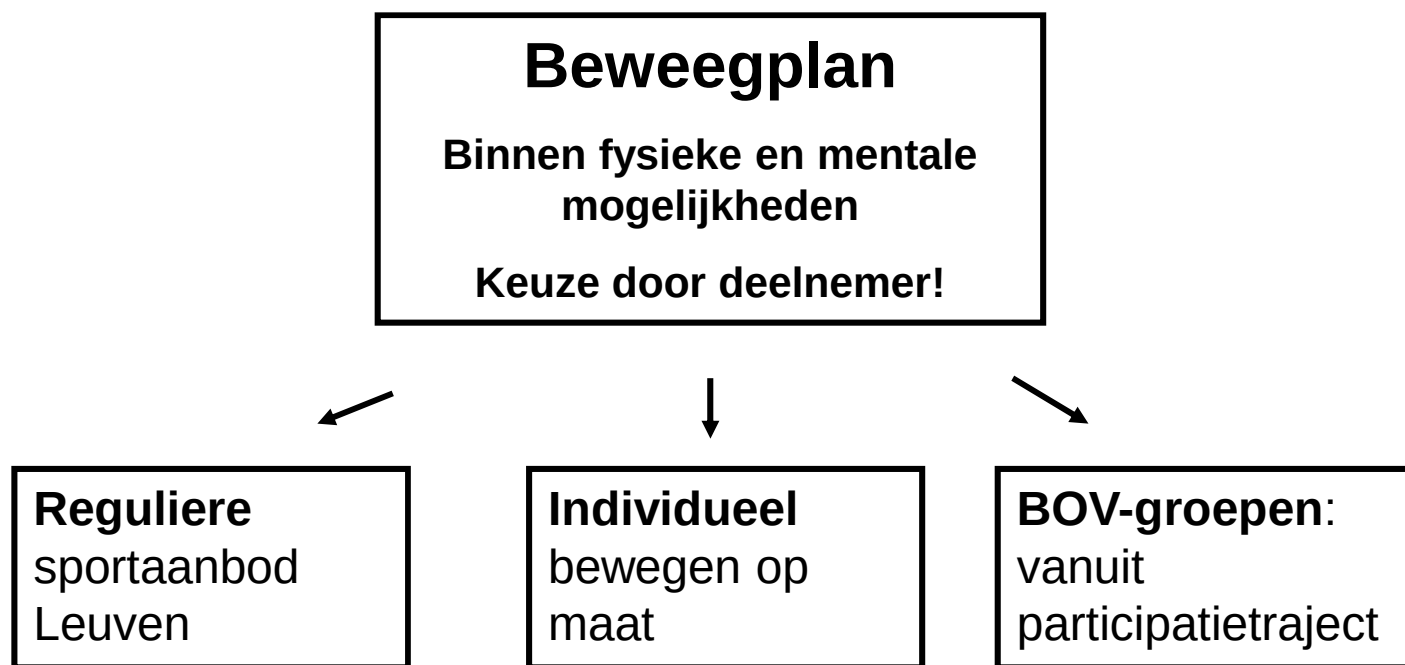


Wat is bewegen op voorschrift?

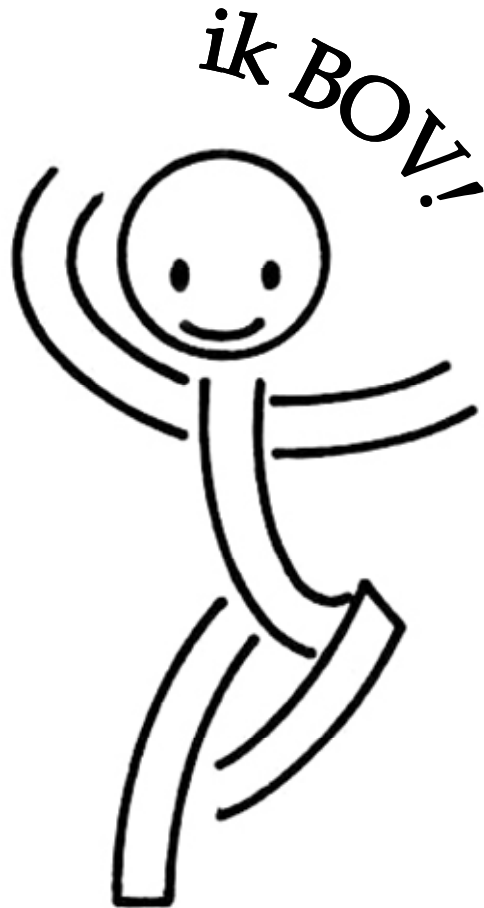




Beweeegplan ?



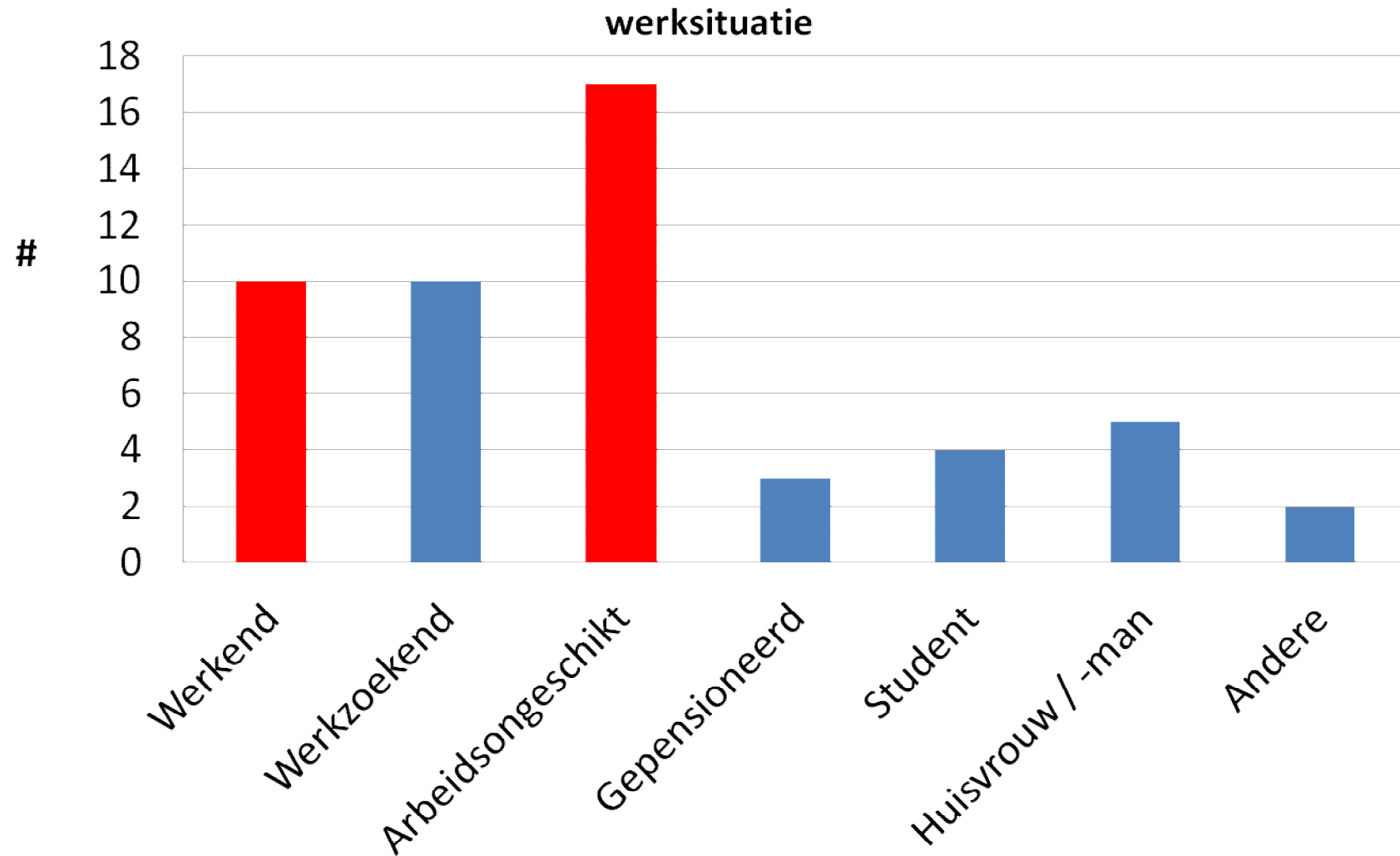
sleutelprincipes



- ✓ Bewegen= plezier
- ✓ Gezond leven = recht voor iedereen
- ✓ Bewegen op maat = meer dan sport
- ✓ Coaching
- ✓ Participatie
- ✓ Samenwerken in Leuven - intersectoraal

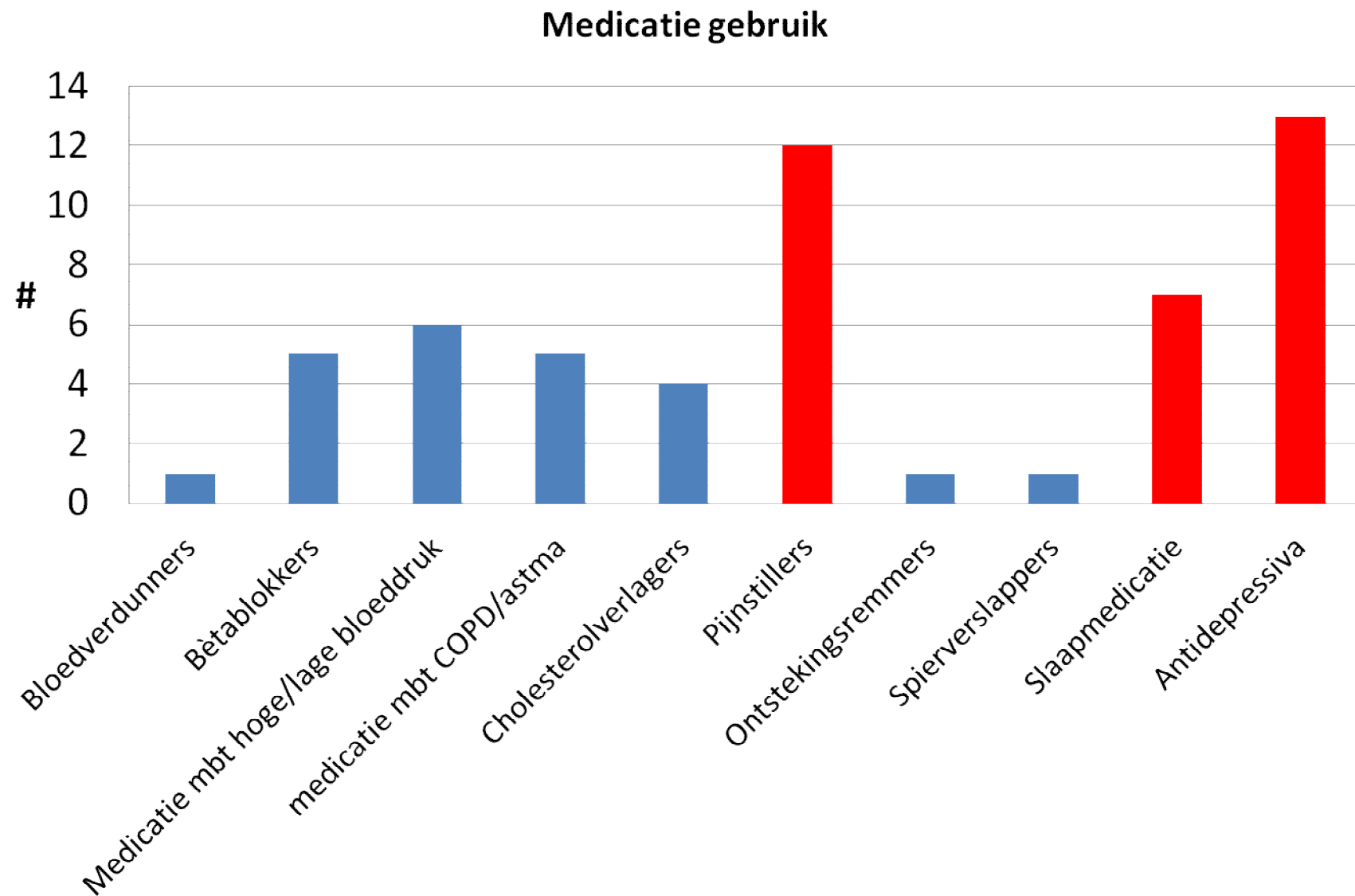


Profiel BOV-deelnemer



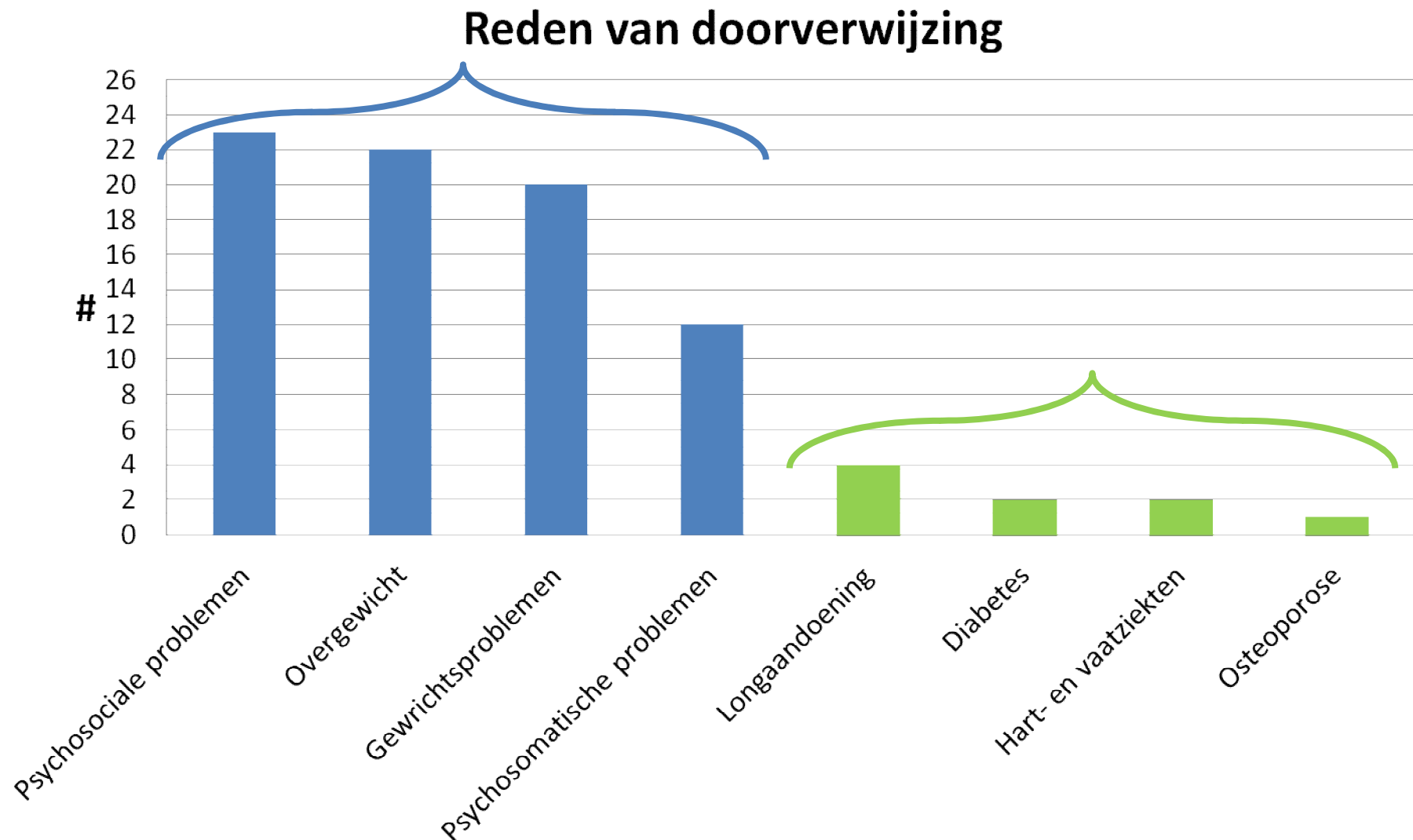


Profiel BOV-deelnemer





Profiel BOV-deelnemer





Belangrijkste resultaten

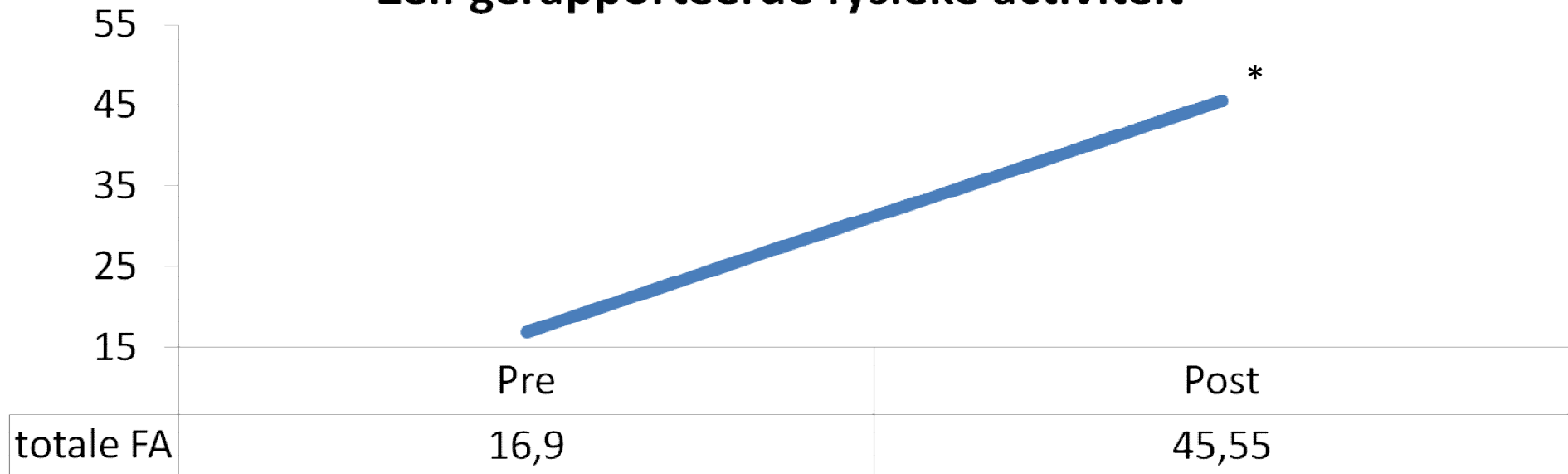
Interesse beweegactiviteiten





Belangrijkste resultaten

Zelf gerapporteerde fysieke activiteit

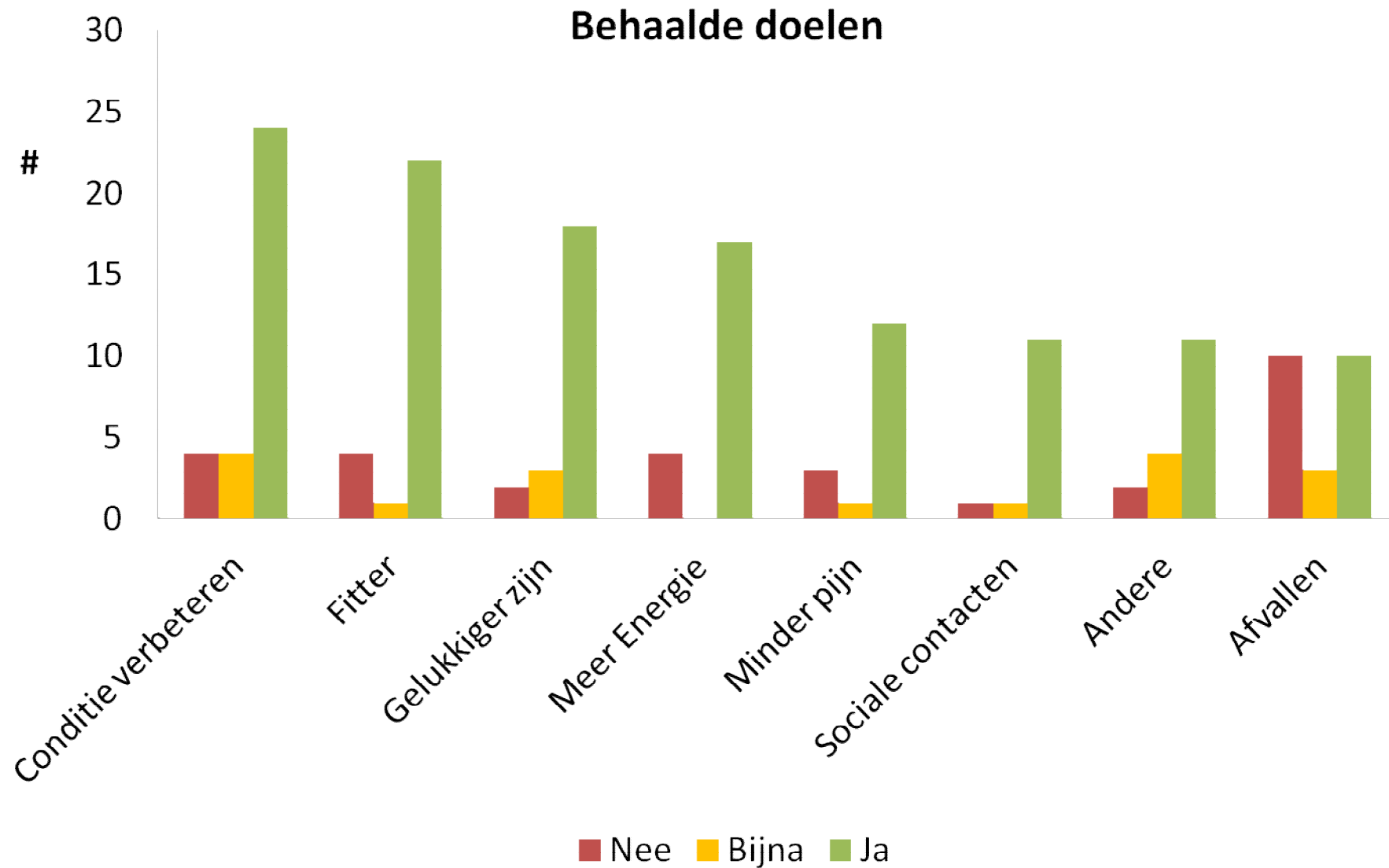


Totale FA = frequentie > 20 min **lichte** fysieke activiteit X **3** MET
+ frequentie > 20 min **matig** fysieke activiteit X **5** MET
+ frequentie > 20 min **intense** fysieke activiteit X **9** MET

* = significant

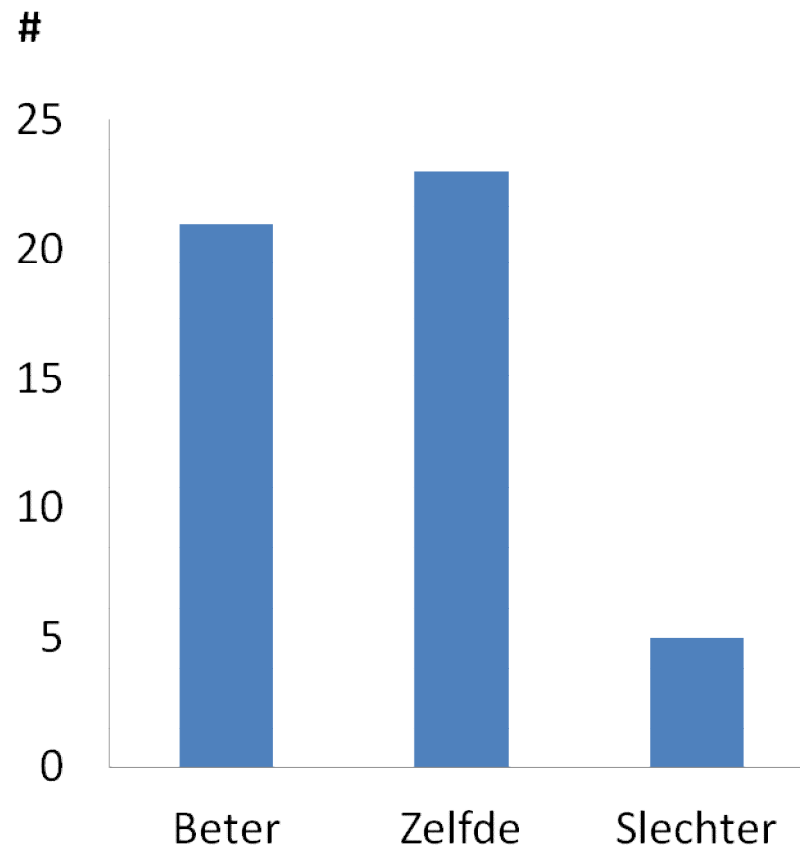


Belangrijkste resultaten



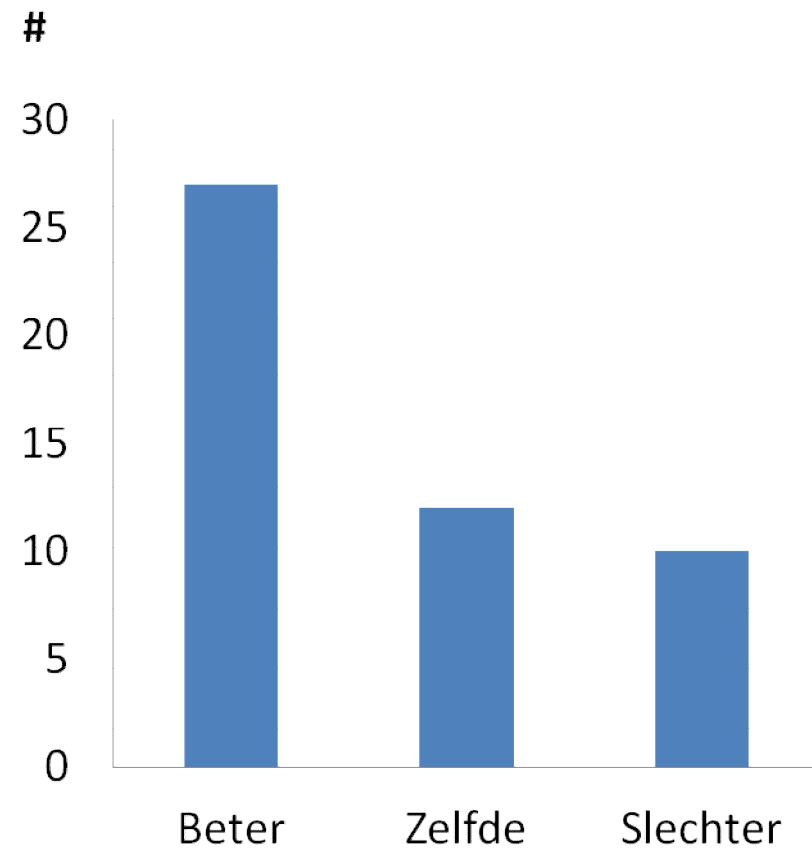


Belangrijkste resultaten



■ algemene gezondheid

*



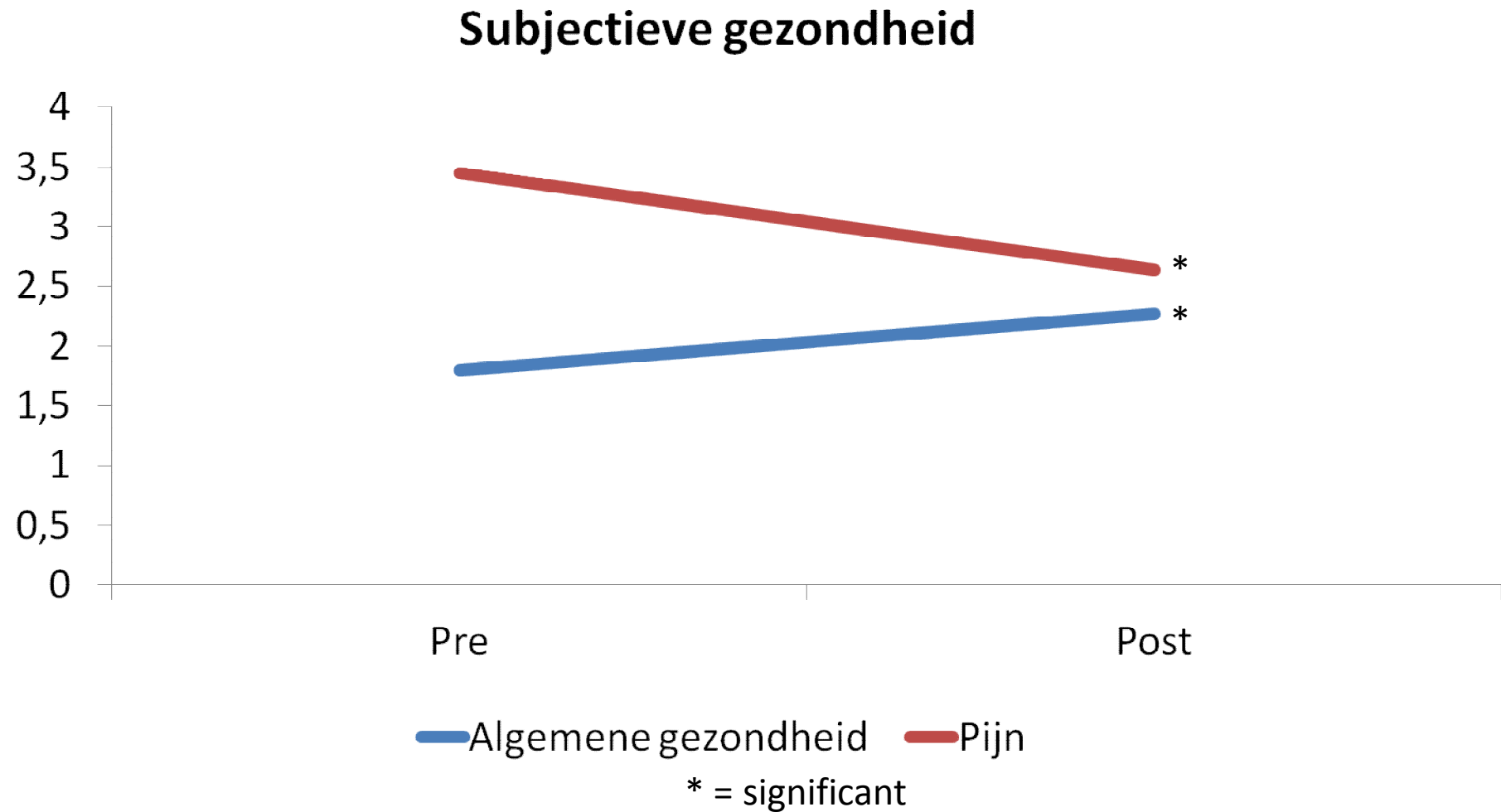
■ pijn

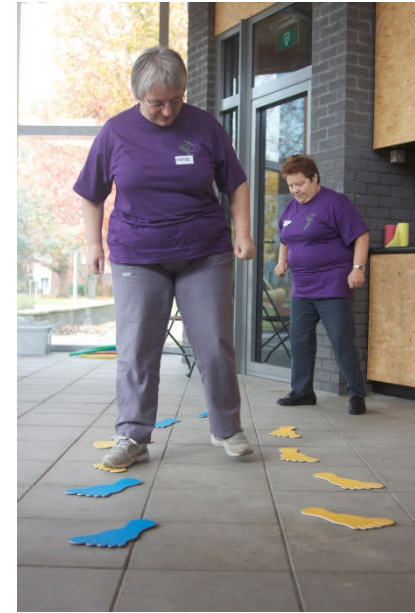
*

* = significant



Belangrijkste resultaten







Spilfiguren –elke deskundigheid telt



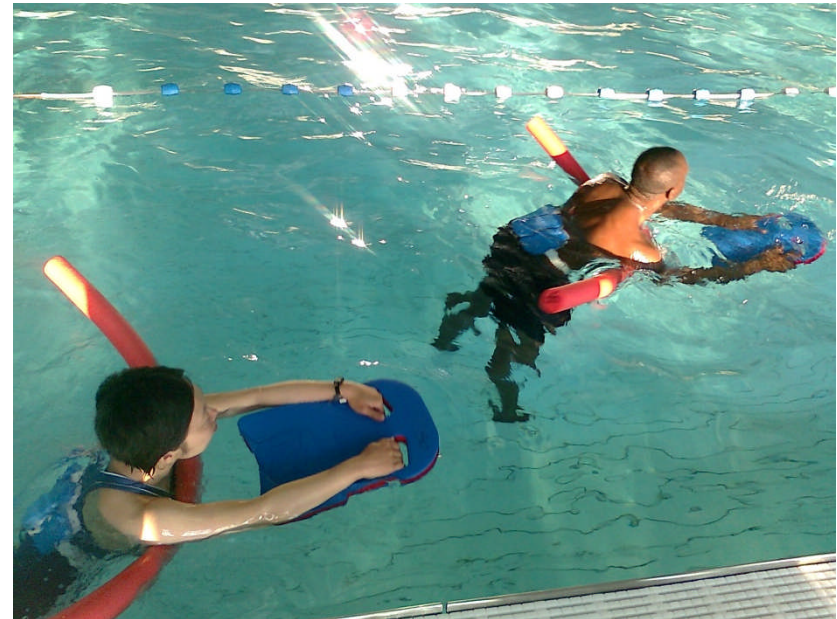
- ✓ De huisarts
- ✓ De beweegcoach
- ✓ De buurtsportmedewerker
- ✓ Het lokale sport/ beweegaanbod
- ✓ De lesgever
- ✓ De opbouwwerker
- ✓ De welzijnswerker-toeleider
- ✓ De vrijwilliger
- ✓ De deelnemer zelf



Laagdrempelig beweegaanbod



- Lesgever
 - ‘Motivationeel’, persoonlijke aandacht,..
- ‘Sociale’ club
 - ‘welkom’, niet-competitief,..
- Financieel
 - sportcheque, subsidies, sociale tarieven
- Locatie
 - Openbaar vervoer, zichtbaar,..



Concreet: zwemclub 'Atlantis'



- Aantal leden ↑ (cfr inkomsten)
 - 20 via BOV, gemotiveerde mensen (beginners)
- Ondersteuning BOV noodzakelijk
 - (sociale en financiële begeleiding)
- Bereik nieuwe doelgroepen
 - Niet via posters, flyers,...
- Kerntaak blijft 'lesgevers en zwembad'



Concreet: yoga 'Kreakatau'



- Graag inzet naar maatschappelijk kwetsbare groepen
- Opvolging aanwezigheid via BOV
- Financieel geen probleem
 - Sportcheques, Leuvens fonds vrijetijdsparticipatie
- Zeer 'open' deelnemers, dankbaar
 - Veel voldoening

Dankjewel!

