

Bewegen in het sociaal domein

Wil een Amsterdammer (lichamelijk) gezonder leven? Dan zijn er activiteiten in de wijk (de sociale basis) waar hij/zij zich voor kan aanmelden.

Lukt dat niet zelf? Dan kan een eerstelijns zorgverlener direct helpen of verwijzen naar de coaches van Welzijn op Recept, Activerende Leefstijl Interventies of Gecombineerde Leefstijl Interventies.



Directe verwijzing naar aanbod, geen begeleiding nodig



Welijnscoach



Bewegcoach (ALI)



Leefstijlcoach (GLI)

Welzijn op Recept

- Scope: psychosociale problemen (niet medisch)
- Kortdurend ondersteunings-traject
- Toegankelijk voor alle Amsterdammers (18+)
- Verwijzing via huisarts nodig voor Welzijn op Recept
- Vergoeding via gemeente

Activerende Leefstijl Interventie

- Scope: coaching op gedragsverandering rondom bewegen
- Begeleiding gedurende 12 maanden
- Toegankelijk voor alle Amsterdammers (18+)
- Verwijzing via welzijnscoach, huisarts of buurtteam voor ALI
- Vergoeding via gemeente

Gecombineerde Leefstijl Interventie

- Scope: coaching op gedragsverandering rondom bewegen, voeding, slaap en stress.
- Begeleiding gedurende 24 maanden
- GLI-criteria van toepassing*
- Verwijzing via huisarts nodig voor GLI
- Vergoeding via zorgverzekeraar

De welzijnscoaches zijn zelf geen hulpverleners. Zij kennen het (informele) netwerk in hun wijk en kunnen Amsterdammers hier naartoe begeleiden.

Gespecialiseerde coaches voor Amsterdammers die willen werken aan bewegen/een gezonde leefstijl.

*GLI-criteria:

- BMI > 25, verhoogd risico op hart- en vaatziekten of op diabetes 2
- BMI > 30