

Beweegreiskompasproject

Beweegalliantie 30 juni 2025

**Inge van den Akker-Scheek
Sara van de Lustgraaf
Olivia Andiel
Geertje de Man
Hans Zwerver**



Beweegreiskompas



Masterclass

- Bewegen en mentale gezondheid
- Wat is het Beweegreiskompas-project?
- Regionale ervaringen & casuïstiek
 - Amsterdam-Noord
 - Drenthe
- Uw input is belangrijk!

Beweegalliantie

Bouw mee aan een veerkrachtige en weerbare samenleving



6 op de 10 Nederlanders heeft chronische aandoening!

> 10,4 miljoen Nederlanders

Bij chronische aandoeningen (zoals diabetes, hartziekten, reuma of COPD) staat het dagelijks leven vaak onder druk door pijn, beperkingen en onzekerheid — en daar speelt veerkracht een sleutelrol in hoe iemand hiermee omgaat.

Mentale veerkracht

= het vermogen om om te gaan met langdurige ziekte, tegenslagen en emotionele stress, terwijl men toch een goede levenskwaliteit probeert te behouden.

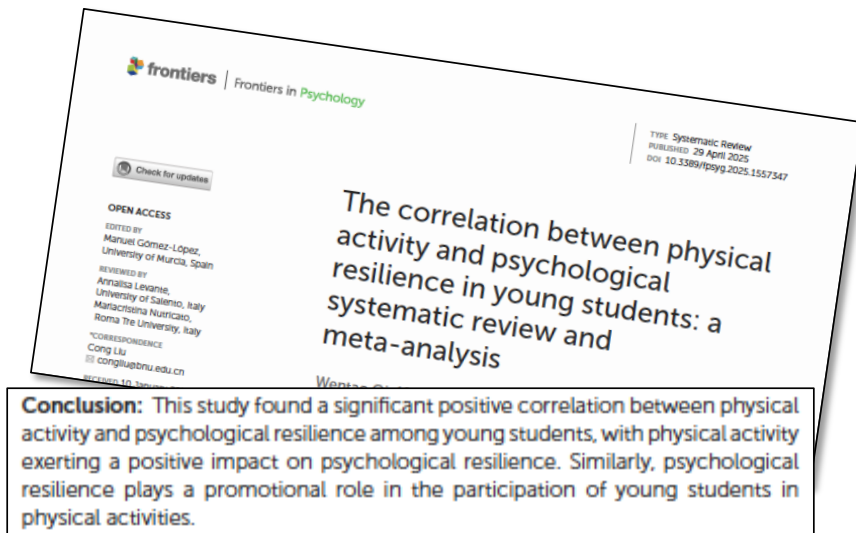


Positieve Gezondheid

- Niet de ziekte, maar een betekenisvol leven van mensen staat centraal
- Nadruk ligt op
 - **Veerkracht**
 - Eigen regie
 - Het aanpassingsvermogen van de mens



Bewegen heeft bewezen positief effect op veerkracht & mentale gezondheid



- Kinderen en adolescenten
- Volwassenen
- Ouderen
 - met (chronische) aandoening / beperking



Beweegreiskompasproject



Beweegreiskompas



ZonMw

Organisatie van de Beweegreis ZonMw MOOI – WP3



Dialogoog tussen
patiënt en
zorgprofessional

Therapeutisch
bewegen in de
zorgomgeving

Therapeutisch
bewegen in de
leefomgeving

Begeleid
bewegen in de
leefomgeving

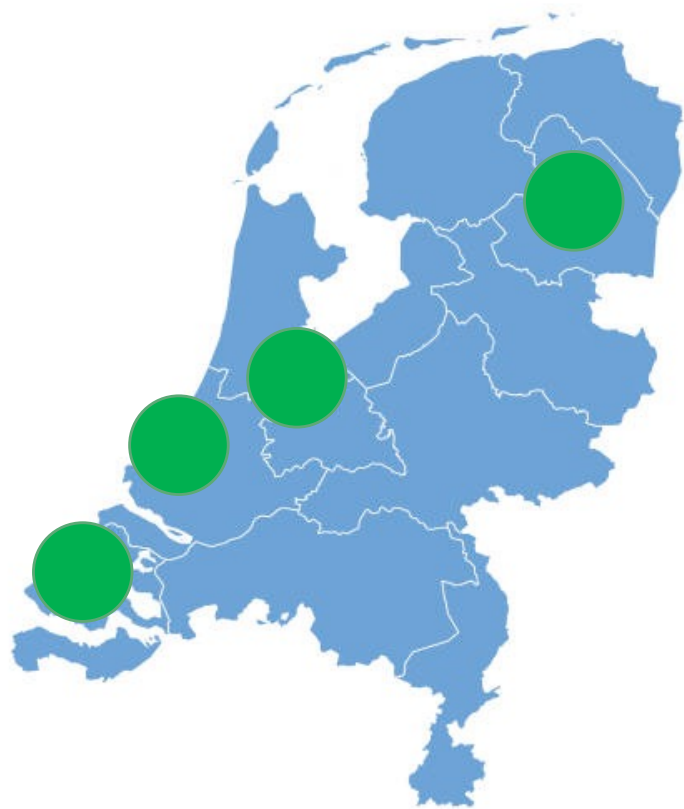
Zelfstandig
bewegen in de
leefomgeving

‘Wicked problem’

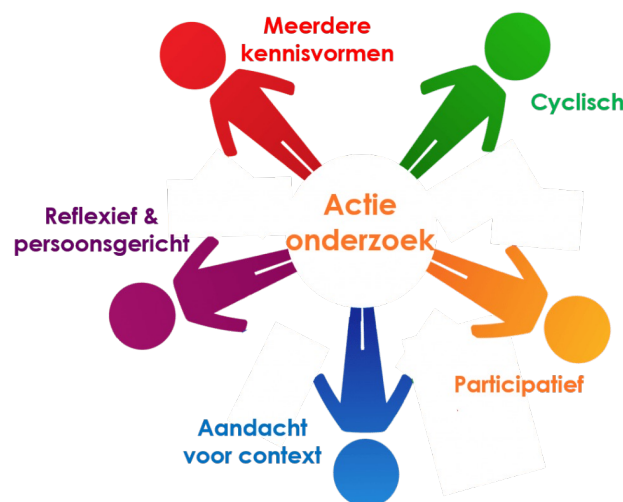
- Innovatieve & domeinverbindende aanpak
- Lerende netwerk(en)
- ‘Toolbox’: ontwerp, implementatie & borging beweegreis



(Door)ontwikkelen Beweegreis in 4 regio's



- 1. Regio Amsterdam-Noord
- 2. Regio Drenthe
- 3. Regio Haaglanden
- 4. Regio Zeeland



AMSTERDAM

Clëntenbelang
AMSTERDAM...

SCIANDRI

Team
Sportservice
Amsterdam

 Amsterdam UMC

 **Bovenij**
Zorg goed voor elkaar

 **Doras**
MAATSCHAPPELIJKE DIENSTVERLENING

✗ Gemeente
✗ Amsterdam
✗

DRENTHE

 **SportDrenthe**
zet mensen in beweging

 **Dokter
Drenthe**


GEZOND IN **DRENTHE**

cmo stamm.
kennis · onderzoek · advies

 Drenthe
**Samen Gezond
in Beweging**

HAAGLANDEN

 **SPORTIEF
BESTEED
GROEP**

**BEWEGEN
WERKT**


SGK. Speciaal voor Sporters.



basalt
De kracht van revalidatie

**H+
MC** Haaglanden
Medisch Centrum

 **MONDRIAAN**

 **Universiteit
Leiden**

ZEELAND

 **ReumaNederland**
voorheen Reumafonds

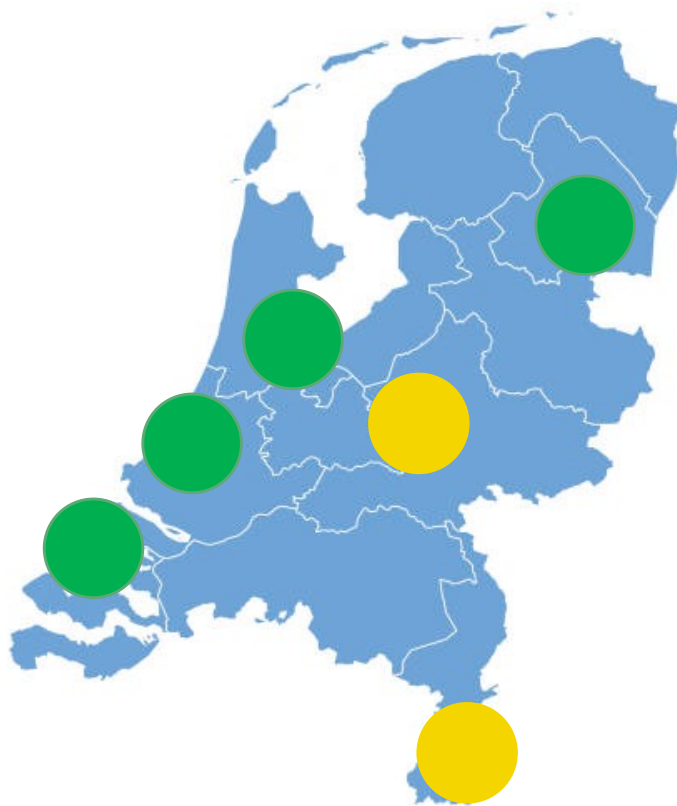

FITR
COMPANY

 **SportZeeland**


ZFCO
ZEEUWSE
FYSIOTHERAPIE
COÖPERATIE

 **Zeeuwse
Zorg Coalitie**

'Best practices'



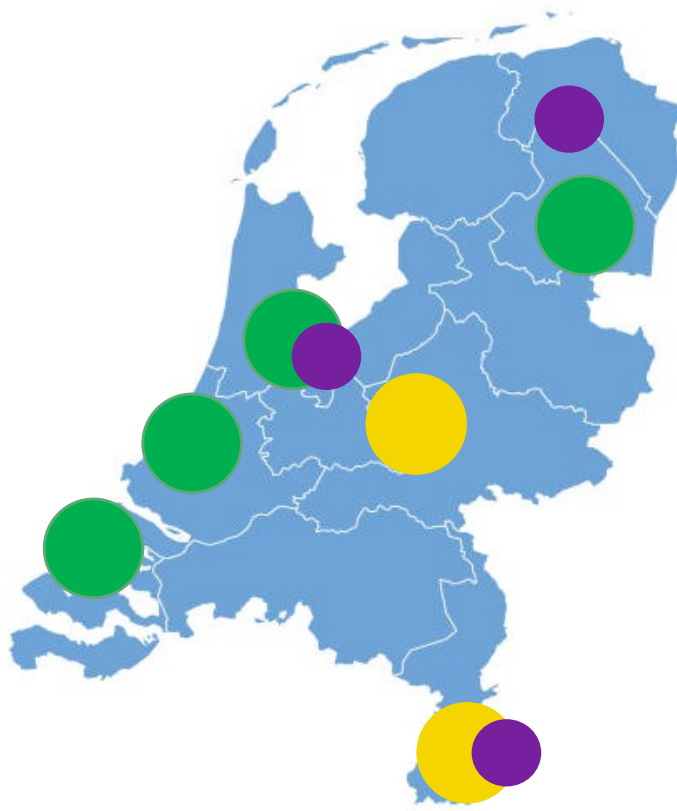
1. Regio Amsterdam-Noord
2. Regio Drenthe
3. Regio Haaglanden
4. Regio Zeeland



5. Beweeghuis Maastricht-Heuvelland
6. SportsValley Ede
7. Valpreventieketen



Gezamenlijk onderzoek



- 1. Regio Amsterdam-Noord
- 2. Regio Drenthe
- 3. Regio Haaglanden
- 4. Regio Zeeland
- 5. Beweeghuis Maastricht
Heuvelland
- 6. SportsValley Ede
- 7. Valpreventieketen
- 8. Amsterdam UMC
- 9. Universiteit Maastricht
- 10. UMC Groningen



Inrichting beweegreis

Beweegalliantie

kenniscentrum
sport & bewegen

ggz
CENTraal

LeefstijlHUB

mulier
instituut

NL
ACTIEF

Vereniging
Sport en Gemeenten

Patiëntenparticipatie

Clïentenbelang
AMSTERDAM...

esther
vergeer
FOUNDATION

fonds
gehandicapten
sport

ggz
CENTraal

nfk
Nederlandse
Federatie van
Kankerpatiënten
organisaties

ReumaNederland
voorheen Reumafonds

Technologie, monitoring en data-infrastructuur

embedded
fitness

LeefstijlHUB

mulier
instituut

SDV

Sport Data Valley

veiligheid.nl

Financiële borging

VGZ

KAMG
Voor artsen Maatschappij + Gezondheid

NZA

ReumaNederland
voorheen Reumafonds

rijksuniversiteit
 groningen
 faculteit economie
 en bedrijfskunde

SOCIAL
FINANCE
NL

Bestuurlijke borging

KAMG
Voor artsen Maatschappij + Gezondheid

ReumaNederland
voorheen Reumafonds

Vilans

Lerend netwerk

Beweegalliantie

kenniscentrum
sport & bewegen

Vereniging
Sport en Gemeenten

Onderwijs

Alfa - college

NL
ACTIEF

Amsterdam UMC
Universitair Medisch Centrum

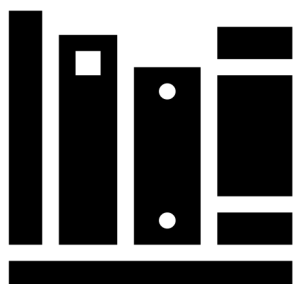
Maastricht University

umcg

Succesvolle en toekomstbestendige Beweeegreis!



Methode fase 1



+

Literatuur onderzoek



Document analyse

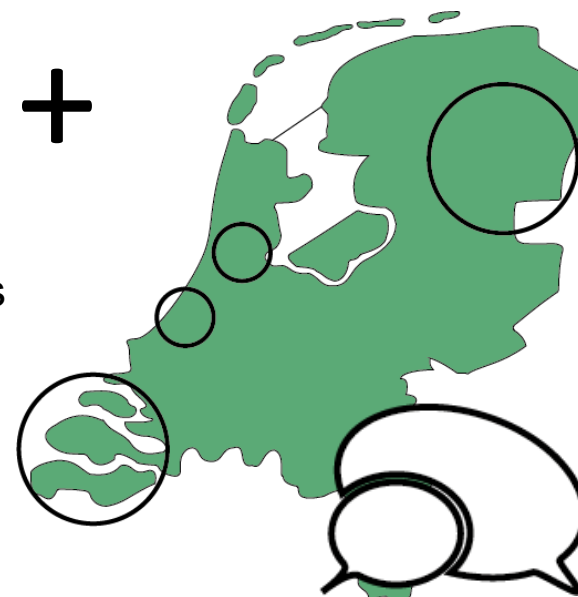
+



Interviews 3 best practices

- Beweeghuis Maastricht-Heuvelland
- Leefstijlloket Gelderse Vallei
- Valpreventieketen

+



Interviews regio's



Beweegreiskompas



Interviews national en regionaal

- Beweeg- en zorgprofessionals
- Stakeholders management
- Stakeholders beleid en organisatie
- (ex)patiënten (alleen in regio's)



Doelen

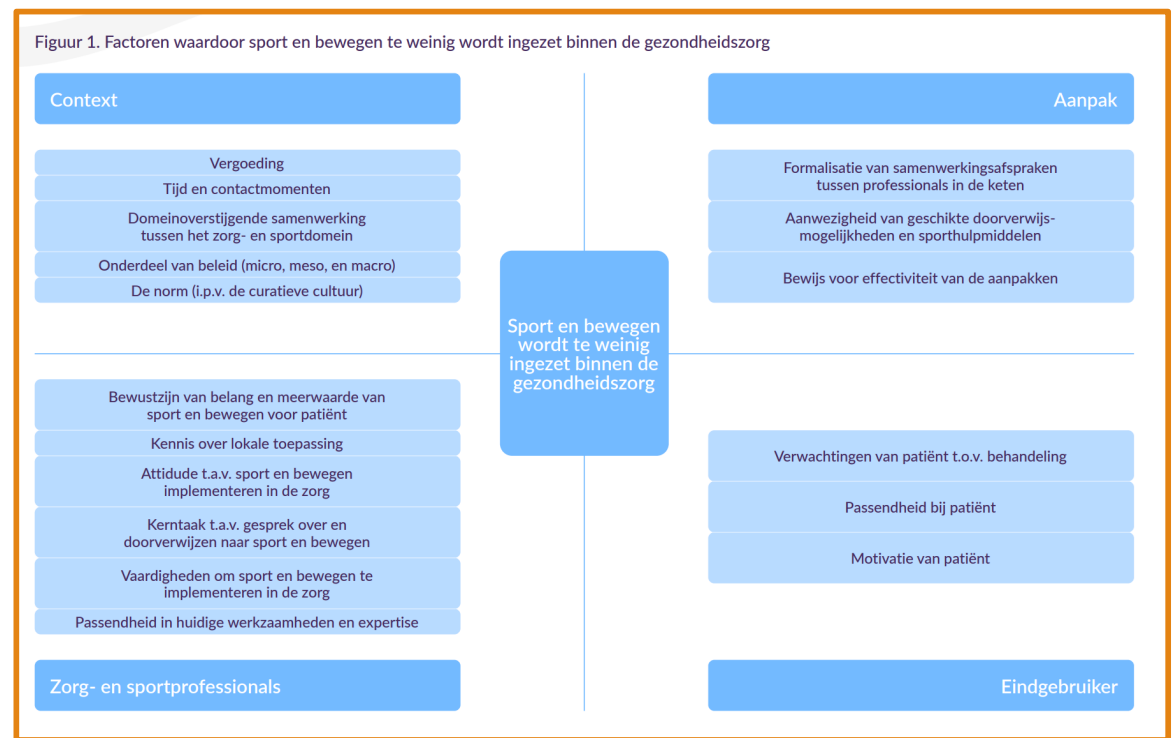
- 1) in meer detail in kaart brengen van de **huidige onderdelen** van de beweegreis.
- 2) inzicht krijgen in de **knelpunten en kansen** voor het aaneenschakelen en verbeteren van de samenwerking tussen de onderdelen de beweegreis;
- 3) Inzicht krijgen in **bestaande werkzame principes en oplossingsrichtingen** binnen de A) beweegreis en B) het bijbehorende implementatie- en borgingsproces.



Resultaten

- Context
- Aanpak
- Beweeg- en zorgprofessional
- (Ex-)patient

Aansluitend bij framework
Kennis en Innovatiescan
WP3 Mulier Instituut
(Flottorp et al. 2013)



Voorlopige resultaten: Context - netwerk

+ = bevorderende factor
- = belemmerende factor

Opzetten netwerk

- Voldoende tijd om netwerk op te zetten (+)
- Initiatiefnemer voor netwerk (+)
- **Formaliseren van samenwerking (+)**
- Aansluiten bij bestaande netwerken (+)
- Aansluiten bij (gemeente) beleid (+)
- Verantwoordelijkheden binnen netwerk duidelijk (+)
- Bewegen als gedeeld agendapunt (+)

Samenstelling netwerk

- Samenstelling netwerk (+/-)
- **Tegengestelde belangen in netwerk (-)**
- Ieder netwerk is anders ingericht (-)

Samenwerking binnen het netwerk

- Iedereen werkt op eigen eiland (-)
- **Geen domeinoversteigende samenwerking (-)**
- Regelmatig contact binnen netwerk (+)
- Elkaar kennen binnen netwerk (+)
- **Iedereen werkt naar hetzelfde doel (+)**
- Zichtbaar zijn voor mensen die in een ander domein werken (+)
- Netwerk hangt van 1 persoon af (-)
- **Netwerkgebied is te groot (-)**
- Continu aanjagen van het netwerk (+)
- Wisseling van netwerkpartners (-)
- **Samenwerking tussen domeinen is verplicht (+)**
- Meerwaarde samenwerking (+)
- Meerwaarde domeinoversteigende samenwerking (+)

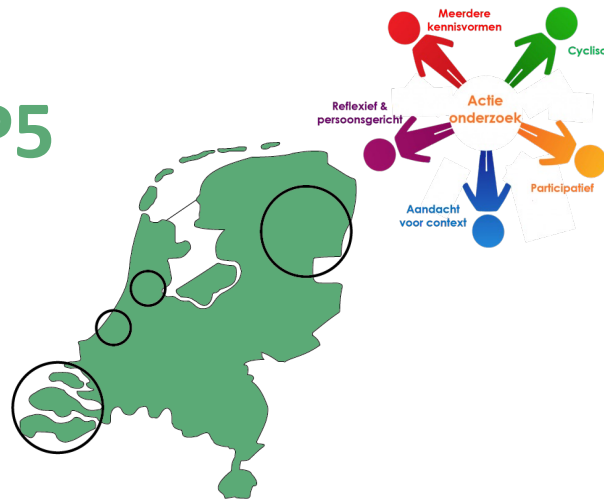


Ontwikkeling toolbox

WP4



WP5



WP6 Evaluatie



Beweegreiskompas



Casuistiek

Amsterdam-Noord



Beweegreiskompas



Casuistiek

Drenthe



Beweegreiskompas



 **Beweegreiskompas**

Naam

Email

Organisatie

Functie

1. Welke belemmeringen ervaar je in de Beweegreis?

2. Wat helpt jou in de Beweegreis?

3. Wat zou je graag terug willen zien in de toolbox?

4. Welke bestaande tools ken je die in de toolbox zouden moeten zitten?

Bedankt voor je input!



SAVE THE DATE!

20 november 2025



**Bijeenkomst
Beweegreiskompas-
project**

Beweegreiskompasproject



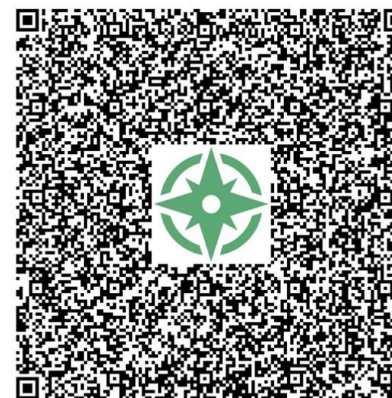
Beweegreiskompas

LEES ONS VERHAAL!



Scan de QR-code

en ontdek het Beweegreiskompasproject



Beweegreiskompas



ZonMw

Bedankt voor uw input!



@Beweegreiskompas



beweegreiskompas@umcg.nl



Beweegreiskompas



ZonMw