

# Voorwaarden beweegprogramma 2021

## Inleiding

Onder een beweegprogramma wordt verstaan: een programma met het doel om een Verzekerde onder begeleiding te leren optimaal bewegen binnen zijn eigen mogelijkheden. Het resultaat van het beweegprogramma is het vergroten van het zelfmanagement en de zelfredzaamheid van de Verzekerde. In de opzet van het programma is de beoogde gedragsverandering geborgd.

De Voorwaarden beweegprogramma zijn onlosmakelijk verbonden met de overeenkomst fysiotherapie 2021 en de Basis- en Plusovereenkomst oefentherapie 2021.

Dit document omschrijft alleen de in Artikel 2 genoemde beweegprogramma's. Dus geen andere zorg- en/of beweegprogramma's en evenmin beweegprogramma's die ingekocht zijn als onderdeel van een keten.

## Artikel 1 Kwaliteitsvoorwaarden

- De behandelingen binnen het beweegprogramma worden gegeven door een bevoegde, bekwame en competente fysio-/oefentherapeut. Hierbij hanteert Zilveren Kruis het uitgangspunt dat de fysio-/oefentherapeut een adequate scholing op het gebied van beweegprogramma's heeft gevolgd. Daarnaast handelt de fysio-/oefentherapeut conform de voor de beroepsgroep erkende professionele standaarden alsmede conform de normen die volgens de stand van wetenschap en de gangbare opvattingen binnen de beroepsgroep geldend zijn.
- De fysio-/oefentherapeut zet zich in om deelnemers te motiveren tot het verrichten van eigen trainingsactiviteit.
- Het behandelproces wordt conform de meest recente Richtlijn verslaglegging van het KNGF vastgelegd.
- De continuïteit van de beweegprogramma's is gewaarborgd tijdens geplande of ongeplande afwezigheid van de fysio-/oefentherapeut.
- De oefenruimte, relevante apparatuur en klinimetrische testmiddelen zijn geschikt voor de behandeling van de doelgroep.
- Het beweegprogramma kan gestopt of onderbroken worden vanwege zorginhoudelijke redenen.
- Er is vooraf voor de doelgroep binnen het beweegprogramma door de fysio-/oefentherapeut een behandelplan/protocol opgesteld. Het behandelplan/protocol is in de betreffende praktijk aanwezig en kan bij een materiële controle te allen tijde getoond worden. Het behandelplan/protocol bevat minimaal de volgende componenten:
  - a. de in- en exclusiecriteria;
  - b. de stappen binnen het methodisch fysio-/oefentherapeutisch handelen die van toepassing zijn op de interventies binnen het beweegprogramma;
  - c. de tijdsduur per sessie, frequentie van behandelingen en aantal behandelingen;
  - d. de groepsgrootte waarin behandeld wordt;
  - e. de verwachte trainingsactiviteit van de deelnemer buiten het beweegprogramma;
  - f. de evaluatiecriteria, instrumenten en momenten.
- In de praktijk/oefenzaal waar het beweegprogramma wordt gegeven, is een automatische externe defibrillator (AED) en een medewerker die een AED-training heeft gevolgd aanwezig. Tevens is er één extra personeelslid met een reanimatiediploma inclusief AED-training aanwezig voor het geval er een calamiteit in de groep plaats vindt.

## Voorwaarden bewegprogramma 2021

- Voor het bewegprogramma Diabetes Mellitus type II moet aanvullend aanwezig zijn:
  - a. een geijkte bloedglucosemeter en teststrips;
  - b. professionele prikken en lancetnaalden voor het veilig prikken van bloed bij verschillende klanten;
  - c. naaldencontainer en protocol voor het veilig verwerken van volle naaldencontainers;
  - d. vloeibare glucoseoplossing om hypoglykemie zonder bewustzijnsverlies op te vangen;
  - e. injectiepen 1 mg, minimaal 2 stuks om een ernstige hypoglykemie die gepaard gaat met bewustzijnsverlies op te vangen.

### Artikel 2 Voorwaarden doelgroep

Voor het volgen van een bewegprogramma heeft de Verzekerde een bewijs van diagnose voor de betreffende aandoening nodig. Deze moet de zorgaanbieder op verzoek van Zilveren Kruis kunnen tonen. Doelgroepen voor de bewegprogramma's zijn:

- Bewegprogramma oncologie: volwassen Verzekerden met afgeronde, in opzet curatieve behandeling voor kanker.
- Bewegprogramma hartfalen: Verzekerden met diagnose coronaire hartaandoening (stabiele AP-klachten, status na AMI, PCI of CABG).
- Bewegprogramma reuma: Verzekerden met een reumatische aandoening (zoals gedefinieerd door het Reumafonds).
- Bewegprogramma fibromyalgie: Verzekerden met fibromyalgie
- Bewegprogramma Diabetes Mellitus type II: Verzekerden met diagnose Diabetes Mellitus type II.
- Bewegprogramma COPD: Verzekerden met diagnose COPD Gold I of II.

### Algemene inclusiecriteria

- De noodzakelijke medische gegevens en de noodzakelijke instroomgegevens zijn beschikbaar<sup>1</sup>.
- De fysio-/oefentherapeut stelt vast dat Verzekerde niet voldoet aan de Landelijke Nederlandse Norm Gezond Bewegen.
- Verzekerde is gemotiveerd voor een actieve leefstijl.

### Algemene exclusiecriteria

- Verzekerde voldoet niet aan de inclusiecriteria.
- Bevindingen op de PAR-Q (één of meer dan de vragen is met JA beantwoord).
- Er is sprake van comorbiditeit (die deelname aan een bewegprogramma onmogelijk maakt)<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Voordat de behandeling kan worden opgestart, moet de lopende (medische) behandeling optimaal zijn en dient de hulpvraag van de Verzekerde te zijn geëvalueerd.

<sup>2</sup> Bij een aantal comorbiditeiten kan inspanningstraining wel een behandeloptie zijn, mits de fysio-/oefentherapeut beschikt over specifieke competenties. In een dergelijk geval kan uiteraard wel een bewegprogramma worden uitgewerkt.

## Voorwaarden bewegprogramma 2021

- Er is sprake van virale infectie of koorts, open wonden, ulcera of algehele malaise.
- Er is sprake van cognitief disfunctioneren.

### Inhoudelijke voorwaarden

- Vanuit het uitgangspunt dat het programma dient als kennismaking en start met bewegen, heeft het programma een duur van minimaal 3 maanden. Het volume en de frequentie van het trainingsprogramma moeten aansluiten bij de huidige inspanningsfysiologische inzichten. In deze periode is de minimale frequentie daarom 2 (begeleide) behandelingen per week. Daarnaast maakt een eigen trainingsactiviteit van Verzekerde onderdeel uit van het trainingsprogramma/behandelinterventie.
- Voordat het programma start, is bij Verzekerde een intake afgenomen. De fysio-/oefentherapeut voert een fysio-/oefentherapeutisch onderzoek, ondersteunt door klinimetrie, uit. Ook wordt een behandelplan met SMART geformuleerde doelstellingen opgesteld en worden de verkregen gegevens vastgelegd in het patiëntendossier.
- Zorgaanbieder sluit bij de start van het programma een behandelovereenkomst met Verzekerde af waarin minimaal het volgende is opgenomen:
  - a. wijze van vergoeding van het bewegprogramma (inclusief eigen bijdrage);
  - b. trainingsactiviteit die gedurende het programma van Verzekerde wordt verwacht.
- Halverwege het programma worden aan de hand van het behandelplan, de verkregen informatie uit de toegepaste klinimetrie, de klantervaring en de klinische blik van de fysio-/oefentherapeut de doelstellingen geëvalueerd. Waar nodig worden de doelstellingen en het behandeltraject bijgesteld.
- Na afloop van het bewegprogramma vindt mede aan de hand van meetinstrumenten een evalueerplaats plaats. Tevens wordt aan Verzekerde een persoonlijk advies gegeven, eventueel voorzien van adressen en contactgegevens van beweegmogelijkheden in de buurt van Verzekerde.
- Een half jaar na de start van het programma vindt nazorg plaats. Hierbij vindt mede op basis van klinimetrie een evaluatie plaats van de gestelde doelen en de huidige situatie.

### Artikel 3 Voorwaarden Klinimetrie

Om de voortgang gedurende het bewegprogramma te monitoren, wordt gebruik gemaakt van klinimetrie. Er moet een begin- en eindmeting plaatsvinden. Hiervoor worden minimaal twee wetenschappelijk onderbouwde en gevalideerde meetinstrumenten gebruikt, die aansluiten bij de gestelde fysio-/oefentherapeutische behandeldoelen voor de betreffende Verzekerde.

### Artikel 4 Declaraties

- Zorgaanbieder bepaalt zelf het tarief voor het volledige programma en geeft dit digitaal aan Zilveren Kruis door zodat wij onze Verzekerden, indien hiertoe de behoefte bestaat, kunnen informeren.
- Zorgaanbieder declareert, afhankelijk van de door Verzekerde afgesloten aanvullende verzekering, de maximale vergoeding bij Zilveren Kruis nadat Verzekerde minimaal aan 80% van het reguliere programma heeft deelgenomen.

## Voorwaarden beweegprogramma 2021

- Het restant van de kosten van het beweegprogramma declareert Zorgaanbieder rechtstreeks bij Verzekerde. Het staat Zorgaanbieder vrij een betalingsregeling voor de resterende kosten al of niet middels incasso met Verzekerde te treffen.