

Cool nieuwsbrief voor professionals, nummer 16

Resultaatmeting

Inmiddels zijn we goed en wel een half jaar van start met Cool in de basiszorg. Oorspronkelijk zou VWS de resultaatmeting faciliteren voor alle uitvoerders van de GLI. Zodra duidelijk werd dat dit nog op zich liet wachten, hebben wij deze handschoen opgepakt. Het ontwikkeltraject van een passend systeem is echter niet zo 1-2-3 te realiseren, dat kost tijd. Tegelijkertijd vragen wij van jullie om nu al de resultaten per deelnemer te monitoren. Hieronder even alle belangrijke zaken m.b.t. de resultaatmeting op een rijtje.

Wat wordt er van jullie verwacht?

- Van elke deelnemer dien je een resultaatmeting bij te houden die je telkens aanvult gedurende het traject.
- De resultaatmeting vindt plaats op 3 momenten in het traject:
 - bij de start van het traject (de intake)
 - halverwege het traject (na het basisprogramma)
 - en aan het einde van het traject (na het onderhoudsprogramma)
- Op termijn volgt informatie hoe je de resultaten kunt aanleveren bij het Expertisecentrum Leefstijlinterventies. Tot die tijd dien je de resultaatmeting zelf zorgvuldig te bewaren in lijn met de geldende privacy richtlijnen.
- Je maakt zelf de keuze of je de resultaten digitaal dan wel op papier wilt afnemen en opslaan. Een aantal kanttekeningen daarbij:
 - de aanlevering bij het Expertisecentrum zal digitaal plaats vinden.
 - de EQ5D-5L vragenlijst dient door de deelnemer op papier ingevuld te worden. Daarna kunnen de antwoorden door de leefstijlcoach in het digitale format ingevuld worden. Belangrijk is om de papieren EQ5D-5L in het dossier van je deelnemer te bewaren!

Welk hulpmiddel is er beschikbaar voor de resultaatmeting?

Voor het gemak van deelnemer en uitvoerder hebben we onze resultaatmeting geïntegreerd met de intake. De opzet van deze intake/resultaatmeting bestaat dan ook verplichte vragen (resultaatmeting) en optionele vragen (intake) die je als uitvoerder kunt inzetten om de deelnemer en zijn/haar context goed in kaart te brengen.

We hebben deze intake momenteel in Excel-format beschikbaar met al een aantal kleine wijzigingen t.o.v. de voorgaande versie. Dit excel-document is vanaf morgen beschikbaar op het besloten gedeelte van de website evenals een aparte EQ5D-5L vragenlijst (in word-format). Hieronder even de belangrijkste wijzigingen op een rijtje:

- Het invul-protocol is bijgevoegd in deze Excel zodat je alles in 1 document hebt.
- Per invulmoment is een tabblad aangemaakt:
 - Bij aanvang van het programma (intake)
 - Halverwege (na basisprogramma)
 - En aan het einde van het programma (na onderhoudsprogramma)

- Inhoudelijk zijn er aantal kleine wijzigingen: in de verplichte resultaatmeting van VWS/RIVM zijn een aantal vragen toegevoegd, zoals bijvoorbeeld de vraag naar “het aantal deelnemers bij de start van het traject”.

Wanneer komt er een digitaal systeem voor de resultaatmeting? En wat betekent dat voor mij?

We hopen jullie op korte termijn te kunnen informeren over de beschikbaarheid van een digitaal systeem waarin de intake en resultaatmeting is opgezet. Mogelijk dat VWS met een GLI monitoring systeem komt waarin je de verplichte VWS-indicatoren per deelnemer en per groep dient te registreren. We zijn hierover nog in gesprek met VWS met als insteek om de werklast voor de uitvoerder zo beperkt mogelijk te houden.

Een paar handvaten:

- **Iets is beter dan niets!** Een incomplete resultaatmeting is meer dan geen resultaatmeting. Liever hebben we dan ook dat je in elk geval invult wat je aan gegevens van je deelnemer beschikbaar hebt en wat duidelijk is.
- **Er kunnen nog kleine veranderingen in het formulier plaatsvinden!** Wil je zeker zijn dat je voor een intake het meest actuele formulier hebt kijk dan altijd voor de laatste versie op de website. We zullen in geval van een wijziging in het formulier dit altijd via de Nieuwsbrief communiceren.
- **Laat je horen!** Als je feedback hebt op de resultaatmeting, dan horen wij dat graag. We worstelen met de balans tussen volledigheid en bruikbaarheid en jullie input daarop is welkom.

Bewijs van Cool-licentiehouderschap

We horen dat licentiehouders soms het verzoek krijgen om aan te tonen dat ze in het bezit zijn van een Cool-jaarlicentie. Met de zorgverzekeraars is indertijd afgesproken dat onze licentiehouders gepubliceerd worden op de website van het Expertisecentrum Leefstijlinterventies en dat daarnaast ieder kwartaal een overzicht van de licentiehouders verstuurd wordt aan de zorgverzekeraars. Naar deze afspraken kan je uiteraard verwijzen.

Verder willen we jullie informeren dat we momenteel de laatste hand leggen aan een licentieovereenkomst waarin alle voorwaarden om Cool uit te voeren formeel zijn vastgelegd. Deze licentieovereenkomst zal aan alle licentiehouders worden voorgelegd ter ondertekening en kan vervolgens ook dienen als formeel bewijs van licentiehouderschap.

Belangrijke data:

Geplande startinstructies:

- woensdag 18 september 2019 Amersfoort (9.30-12.30, uitloop tot 13.00)
- vrijdag 15 november 2019, regio Zuid, locatie nog te bepalen (ochtend)

Cool-training (tweedaagse) bij de [Academie voor Leefstijl en Gezondheid](#) op 9 oktober en 6 november in Ede.

Cool in het nieuws:

In onderstaand artikel (Apeldoorns Dagblad 5 juni 2019) komen twee deelnemers van leefstijlcoach Gerrita Huisman aan het woord:

Kleine veranderingen met groot effect

Van 'ik moet' tot 'ik kan' of 'ik mag'



door Anja Straathof

Ester Brouwer en Miranda Kempenk zijn sinds april deelnemers aan het leefstijlprogramma Cool. Ze stralen als ze daarover vertellen. Miranda: 'Ik sta nu zelf weer aan het stuur, zou je kunnen zeggen. Stapje voor stapje maak ik keuzes. Bewuste keuzes. En het maakt me trots als het lukt.'

APELDOORN - Wie gezonder wil leven, kan best een flink steuntje in de rug gebruiken. Daarom duurt het Cool-traject twee jaar, met uitgebreide intake, groepsbijeenkomsten en individuele gesprekken. Ester: "Wat ik wil bereiken? Rust in mijn hoofd. Het lukt me nu een half uur eerder op te staan. Zo kan ik ontspannen aan de dag beginnen. Heerlijk is dat!"

Boodschappen doen

Miranda: "In de groepsbijeenkomst hadden we het over boodschappen doen. Anderen komen in de winkel erg in de verleiding minder gezonde producten te kopen. Online bestellen kan dan een oplossing zijn."

Ik ga juist zelf boodschappen halen. Ik moet juist een reden hebben om de deur uit te gaan. En elke keer vergeet ik expres iets van mijn lijstje. Kan ik 's avonds opnieuw naar de winkel en ben ik extra in beweging."

Feestje

Ester: "Ik heb nu andere gordijnen in de keuken! Geen zwart meer. Het zag er 's avonds altijd uit als een donker gat; daar ging ik niet graag heen. De kast met snacks was dichterbij. Mijn lichte gordijnen zijn veel uitnodigender. Nu loop ik die drie stappen verder. Ik heb diabetes en merkte dat mijn bloedsuikerwaarden erg stegen als ik

MIRANDA: 'IK VERGEET EXPRES EEN BOODSCHAP. MEER BEWEGING!'

cola light dronk. Het voelt als een feestje dat ik nu minder insuline hoeft te spuiten. Geen cola meer, maar kraanwater. Kwestie van wennen."

Waarom en hoe

Miranda: "Ik merkte direct dat onze leefstijlcoach Gerrita Huisman alles precies aanvoelt. Ze weet echt de juiste vragen



Miranda en Ester zijn blij met het Cool-traject. Ester: 'Ik neem nu bewust tijd voor mezelf, door lekker te gaan wandelen.' (foto Anja Straathof)

te stellen. 'Niets moet. Iets kan of het mag', zegt ze vaak. We leren na te denken over waarom en hoe we iets doen. Als je over je grens heen gaat, zou Gerrita zeggen: 'Niet erg. Als je daar maar bewust van bent. Een volgende keer kun je een andere keuze maken.'

COOL WORDT VERGOED DOOR ZORGVERZEKERAARS

Het programma Cool (Coaching op Leefstijl) is ontwikkeld, uitgebreid getest en... het werkt! Vanaf dit jaar wordt het vergoed vanuit de basisverzekering (zonder eigen risico). Een verwijzing van de huisarts is noodzakelijk. Tijdens het tweejarige traject is er aandacht voor bewegen, voeding, gedrag, slaap, stress en ontspanning met als doel om langdurig gewicht te verliezen en beter in je vel te komen. Voor meer info: www.leefstijlinterventies.nl/informatie-voor-deelnemers/ en www.gerritahuisman.nl/cool



