



Nieuwsbrief september 2021

Onderzoek Cool tijdens corona

In samenwerking met Zorgverzekeraars Nederland houdt Expertisecentrum Leefstijlinterventies een onderzoek naar het effect van online coaching op de resultaten van het Cool-programma tijdens de lockdowns. Alle Cool-coaches die resultaatmetingen hebben aangeleverd, ontvingen eind augustus een mailing over dit onderzoek.

Het doel is tweeledig. Ten eerste inzicht krijgen hoe de coronaperiode van invloed is geweest op de uitvoering van het Cool-programma. Ten tweede wordt data verzameld om de effectiviteit van een gedeeltelijk digitale variant van het Cool-programma te onderzoeken. Heb je deze mail niet ontvangen maar heb je wel resultaatmetingen aangeleverd die gemeten zijn over deze periode? Stuur dan een bericht naar info@leefstijlinterventies.nl.

Spotlight on Sascha van der Venne

Deze maand vertelt leefstijlcoach Sascha van der Venne van SAAZ Leefstijlpraktijk Uden over haar ervaring met deelnemers die ook een GGZ-traject volgen. Ze start deze maand haar zesde Cool-groep en is daarnaast onder anderen actief voor ketenzorgpatiënten in het programma 'Totaalaanbod Bloeddruk en Leefstijl' en als Stoppen-met-rokencoach. [Lees hier het hele artikel.](#)

Nieuwe factsheets

Er zijn twee nieuwe factsheets toegevoegd aan het besloten deel van de website. Eén over het leefstijlthema 'Slaap' en een over 'Aansluiten bij je coachee'. Na inloggen vind je de factsheets op de pagina voor licentiehouders onder het kopje 'factsheets'.

Aandacht voor laaggeletterdheid

Deze week is het de Week van Lezen en Schrijven. Daarin wordt landelijk aandacht gevraagd voor het verminderen en voorkomen van laaggeletterdheid. Veel zorginstellingen doen mee, omdat het voor zorgverleners van belang is om te weten of een patiënt de folder of een formulier wel begrijpt. Als Cool-coach kun je ook te maken krijgen met laaggeletterdheid.

Met deze tips sluit je goed aan bij een coachee die laaggeletterd is:

- Communiceer in begrijpelijke taal en gebruik geen jargon
 - Controleer of de deelnemer de informatie heeft begrepen
 - Herhaal informatie en gebruik plaatjes en filmpjes
 - Gebruik de terugvraagmethode: vraag de deelnemer wat jullie net besproken hebben
 - Geef je coachee de tijd om zonder onderbrekingen zijn/haar verhaal te doen
- De factsheet 'Aansluiten bij je coachee' gaat hier ook verder op in.

GLI-Monitor

Tot nu toe bestond de Cool-resultaatmeting (excel document) uit een Cool-gedeelte en een RIVM-gedeelte (tabblad RIVM). Vanaf nu komt dat te vervallen. Het RIVM heeft op verzoek van VWS een eigen systeem opgezet - de GLI Monitor - waarin je de RIVM-resultaatmetingen moet gaan bijhouden. Het RIVM wil graag zoveel mogelijk gegevens in de GLI-Monitor: zowel van afgeronde, lopende als nieuwe deelnemers.

Als het goed is, krijg je automatisch een uitnodiging voor de GLI Monitor aan de hand van je AGB-kwalificatie als leefstijlcoach. Heb je deze uitnodiging nog niet ontvangen? Stuur dan een mailtje naar: gli-monitor@rivm.nl. Komende week ontvangen alle Cool-coaches een uitgebreide persoonlijke mail met belangrijke informatie, waaronder ook informatie over de Cool-resultaatmeting en de GLI-Monitor.

In de media: HealthyLIFE

Gemeente en zorgverzekeraar werken samen aan een betere gezondheid van de Limburger door Cool, Positieve Gezondheid en een beweegprogramma te combineren in HealthyLIFE. Het onderscheidt zich hiermee van andere GLI's door de integrale bekostiging van een beweegprogramma door de gemeente en Cool door de zorgverzekeraar. Er is recentelijk een magazine over deze

succesvolle samenwerking verschenen waarin je kunt lezen hoe HealthyLIFE is opgezet en wat de resultaten zijn [Lees hier het hele magazine online.](#)

Startinstructie en trainingen

[De eerstvolgende startinstructies:](#)

dinsdag 2 november 2021 van 9.00 tot 10.30

donderdag 9 december 2021 van 9.00 tot 10.30

[Cool tweedaagsetraining](#) (optioneel via AVLEG)

Kijk voor alle data op de website van de [AVLEG](#)

29 nov en 6 dec: beide dagen fysiek in Ede

Vragenuurtje

Meld je aan voor een vragenuurtje van Expertisecentrum Leefstijlinterventies.

De eerstvolgende is:

[3 november van 9.00 tot 10.00 uur](#)