



'Bewegen Op Verwijzing' kan inwoners van Aalst en Erpe-Mere helpen om meer te bewegen

In Aalst en Erpe-Mere wordt vanaf februari '18 gestart met het project 'Bewegen Op Verwijzing'. Dankzij dit project zullen de huisartsen inwoners van Aalst en Erpe-Mere met een gezondheidsrisico kunnen doorverwijzen naar een Bewegen Op Verwijzing-coach. Die coach helpt de doorverwezen patiënten om meer te bewegen.

Bedoeling van 'Bewegen Op Verwijzing'? De 'zittende' Vlaming met een gezondheidsrisico op doktersverwijzing aan het bewegen krijgen. De doorverwezen patiënten krijgen van de coach een beweegplan op maat: van een dagelijkse fietstocht naar het werk tot een wekelijks dans- of zwemuurtje in de buurt. De coach helpt hen op weg en motiveert hen. Ook de lokale sportverenigingen doen mee aan 'Bewegen Op Verwijzing'.

Bedoeling is dat de deelnemer zijn weg naar een actiever leven op termijn zelfstandig kan verderzetten. Het aantal consultaties bij de coach bepaalt de deelnemer zelf. Er ligt een maximum op 7 uur individuele begeleiding.

Dankzij 'Bewegen Op Verwijzing', een initiatief van het Vlaams Instituut Gezond Leven en met steun van de Vlaamse overheid, profiteert de deelnemer van heel lage tarieven. Hij betaalt de coach maar 5 euro per kwartier voor een individuele sessie, en 1 euro per kwartier voor een groepssessie. Heeft de deelnemer recht op een verhoogde tegemoetkoming? Dan krijgt hij een extra korting.

Over de concrete werking van 'Bewegen Op Verwijzing' in Aalst en Erpe-Mere zal er via het Lokaal Multidisciplinair Netwerk Aalst, Logo Dender vzw, stad Aalst, gemeente Erpe-Mere, WGC Daenshuis, ... in de loop van de komende maanden uitgebreid gecommuniceerd worden.

Meer informatie:

www.bewegenopverwijzing.be

Contact:

Zorgtrajectpromotor Stephanie Van Espen

Lokaal Multidisciplinair Netwerk Aalst

Gsm: 0471/38 03 58

E-mail: ztpaalst@gmail.com

Website: www.zorgtrajectenaalst.be