

## Verschillen erkende interventies

### Beweegkuur



- Begeleiding van leefstijlcoach, diëtist en fysiotherapeut
- Intakes met de drie verschillende professionals
- Basisprogramma (12 maanden):
  - 7 individuele gesprekken met de leefstijlcoach
  - 6 groepsbijeenkomsten met de diëtist / fysiotherapeut
- Onderhoudsprogramma (12 maanden):
  - 7 individuele gesprekken met de leefstijlcoach
  - 3 groepsbijeenkomsten met de diëtist

Lees [hier](#) meer over de Beweegkuur

### Cool



- Begeleiding van de leefstijlcoach
- Start met een intake door de leefstijlcoach
- Basisprogramma (8 maanden):
  - 8 groepsbijeenkomsten
  - 3 individuele gesprekken
- Onderhoudsprogramma (16 maanden):
  - 8 groepsbijeenkomsten
  - 4 individuele gesprekken

Lees [hier](#) meer over Cool

## SSIB



- Begeleiding van leefstijlcoach, beweegagoog en diëtist
- Start met een intake door de leefstijlcoach
- Basiscursus (8 weken):
  - 16 beweeglessen
  - 8 voedingsbijeenkomsten
- Nazorg begeleidingsfase (10 maanden):
  - 3 terugkombijeenkomsten met de leefstijlcoach
- Onderhoudsprogramma (12 maanden):
  - 5 individueel gesprekken met de leefstijlcoach
  - 3 groepsbijeenkomsten

## SLIMMER



- Begeleiding van leefstijlcoach, diëtist en fysiotherapie
- Start met een intake met de leefstijlcoach en/of diëtist
- Basisprogramma (7 maanden):
  - 24 beweeglessen
  - 3-5 individuele gesprekken met de diëtist
  - 1 groepsbijeenkomst met de diëtist
- Onderhoudsprogramma (17 maanden):
  - 2 groepsbijeenkomsten met de leefstijlcoach
  - 5 gesprekken met de leefstijlcoach

Lees [hier](#) meer over SLIMMER

## X-Fittt GLI



- Begeleiding van de leefstijlcoach
- Start met een intake door de leefstijlcoach
- Intensieve fase (12 weken)  
Minimaal 2 tot 3 beweegmomenten per week
- Bijwonen van minimaal 1 groepsbijeenkomst.
- Begeleidingsfase (maand 4 tot 12):  
Evaluatiemomenten in maand 5, 7, 9 en 12.  
Telefonische consulten in maand 4, 6, 8 en 10.  
Bijwonen van minimaal 4 groepsbijeenkomsten.
- Onderhoudsfase (maand 12 tot 24):  
Evaluatiemomenten in maand 15, 18, 21 en eindmeting in maand 24.  
Telefonische consulten in maand 14, 16, 19 en 22.  
Bijwonen van minimaal 5 groepsbijeenkomsten.

Voor de beweegmomenten worden kosten in rekening gebracht.

Lees [hier](#) meer over X-Fittt GLI

## Keer Diabetes Om GLI (KDO2 GLI) volledig online



- begeleiding door verpleegkundige, diëtist en leefstijlcoach
- de inclusiecriteria :
  - diagnose voor diabetes type 2 of verstoorde bloedglucose die geen medicatie of alleen metformine gebruiken
  - vergrote buikomvang en/of overgewicht (BMI > 25)
  - maximaal 80 jaar (tussen de 70-80 jaar in overleg)
  - gemotiveerd voor een leefstijlverandering
  - toegang tot een e-mail adres en internet
  - beheersing van de Nederlandse taal
- 2 jarig programma met een basisjaar en een onderhoudsjaar volledig online

Meer informatie vind je [hier](#).

## Keer Diabetes Om Plus (KDO2 PLUS) fysiek



- Begeleiding door een verpleegkundige, diëtist en leefstijlcoach en een medisch team op de achtergrond
- de inclusiecriteria:
  - diabetes type 2 die meer diabetesmedicatie gebruiken dan alleen metformine
  - vergroete buikomvang en/of overgewicht (BMI > 25)
  - maximaal 80 jaar (tussen de 70-80 jaar in overleg)
  - gemotiveerd voor een leefstijlverandering
  - toegang tot een e-mail adres en internet
  - beheersing van de Nederlandse taal
- 2 jarig programma met een basisjaar en een onderhoudsjaar. Fysieke terugkomdagen.

Meer informatie vind je [hier](#).

### Meer informatie over het verschil tussen de programma's

Wil je meer informatie over de verschillen tussen de programma's? Dat lees je [hier](#).