



Protocol


Leefstijl met Prestar

Beschrijving van de voorwaarden voor het uitvoeren van een Leefstijladvies door Leefstijlspecialisten bij zakelijke cliënten van Menzis die collectief verzekerd zijn.

Versie 3.0

Partner van  Alles is gezondheid...


Inleiding 'Leefstijl met Prestar'

Zorgverzekering Menzis geeft bepaalde cliënten (medewerkers van bedrijven die collectief verzekerd zijn) een vergoeding voor ondersteuning van een gezonde Leefstijl. Samen met Prestar is een protocol opgesteld om de kwaliteit en uniformiteit van het proces te garanderen: het protocol 'Leefstijl met Prestar' .

De module betreft een Leefstijladvies. Mogelijk komt in de toekomst ook een Leefstijlinterventie (langer durend traject) voor deze Menzis cliënten voor vergoeding in aanmerking. Het advies (of de interventie) wordt uitgevoerd door deskundige Leefstijlspecialisten. De voorwaarden waaraan een Leefstijlspecialist moet voldoen om te kunnen participeren aan dit project staan in dit document vermeld.

Na acceptatie van de voorwaarden wordt de Leefstijlspecialist die gekwalificeerd is om dit project

invulling te geven, met het logo  kenbaar gemaakt op de website www.leefstijlspecialisten.nl

Medewerkers van bedrijven die cliënt bij Menzis zijn, zoeken via deze website contact met deze gekwalificeerde Leefstijlspecialist  om verdere afspraken te maken.


Menzis WerkGezond



Gezond worden, zijn en blijven is in feite de eigen verantwoordelijkheid van de medewerkers. Maar werkgevers en zorgverzekeraars hebben wel een taak om hen daarin actief te ondersteunen. Met diensten die inzicht geven in hun gezondheid, activiteiten waarmee medewerkers hun gezondheid kunnen verbeteren of onderhouden.

<http://www.menzis.nl/web/Zakelijk/SamenwerkenMetMenzis/MenzisWerkGezond.htm>

Prestar

Prestar is de samensteller van dit protocol en het centrale aanspreekpunt voor de Leefstijlspecialist. Er wordt gebruik gemaakt van "Presto" de interactieve site van Prestar evenals van software en testen zoals de QuickScan, de Health Check en de Interventie Differentiatie methode (addendum pag.15). 


Presto is het interactieve platform voor dit project. Een Leefstijlspecialist moet een Presto code aan te vragen om in te kunnen loggen bij Presto. Hierdoor kan hij groepen creëren en profielen aanpassen met teksten, gepersonaliseerde tags maken en een logo toevoegen. Verder is het mogelijk om codes voor testen aan te maken en deze te distribueren naar de medewerkers van deelnemende afdelingen van een bedrijf of groep.



<https://www.prestar.nl/presto/>

Foldertekst


Leefstijladvies volgens het protocol 'Leefstijl met Prestar'

Wat krijg ik dan precies?

Wil je meer weten over je eigen leefstijl? Misschien overweeg je om er iets aan te veranderen. Met het Leefstijladvies volgens het protocol 'Leefstijl met Prestar'  krijg je inzicht in je eigen situatie. Via 4 eenvoudige stappen brengen we je persoonlijk leefstijl- en gezondheidsprofiel in beeld.

- Stap 1: Vul de online QuickScan in (vragenlijst in een beveiligde omgeving) over Bewegen, Roken, Alcoholgebruik, Voeding en Ontspanning/Stress.
- Stap 2: Bespreek de resultaten met de Leefstijlspecialist . Er wordt dan ook een Health Check afgenomen. De Health Check geeft inzicht in basis gezondheidsaspecten, zoals: vetpercentage, BMI (body mass index), middelomtrek (buikvet), bloeddruk, suikergehalte en cholesterolgehalte via een vingerprik, eenvoudige longfunctie testen en het risico op hart- en vaatziekten.
- Stap 3: Je ontvangt per e-mail het verslag over je eigen leefstijlprofiel en later van de gezondheidsscores, met een toelichting op de uitkomsten.
- Stap 4: Bespreek de mogelijkheden om je leefstijl aan te passen met de Leefstijlspecialist . Natuurlijk wordt er rekening gehouden met je persoonlijke wensen en mogelijkheden.

Wie gaat het leveren?

Het Leefstijladvies wordt geleverd door gekwalificeerde en deskundige leefstijlspecialisten. Deze Hbo-opgeleide professionals voldoen aan de hoogste kwaliteitseisen en zijn herkenbaar aan het logo  Een gekwalificeerde Leefstijlspecialist is te vinden via een website van Prestar www.leefstijlspecialisten.nl
Er zit er vast een bij jou in de buurt.

Wat zijn de voordelen ten opzichte van de alternatieven?

Je leefstijl is jouw leven. Het zijn je eigen keuzes ook al ben je er niet altijd bewust van. Een Leefstijladvies volgens het protocol 'Leefstijl met Prestar' geeft een totaalbeeld van je leefstijl- en gezondheidssituatie. Privacy, respect en deskundigheid staan hoog in het vaandel van de Leefstijlspecialist waar je het persoonlijk gesprek mee hebt. Een advies over je keuzes? Dan wil je alleen het beste!

Wat zijn de kosten van een Leefstijladvies?

Een Leefstijladvies kost €145,20 (incl. btw). Je ontvangt een vergoeding tot €100 als je voldoet aan de verzekeringsvoorwaarden van Menzis.

Wat zijn de eventuele vervolgstappen waar ik voor kan kiezen?

Een Leefstijladvies is een afgerond product. Je krijgt inzicht in je eigen leefstijlprofiel en gezondheidssituatie. Je kunt je scores rustig nalezen.

Wil je daarna iets veranderen? Dan is dit Leefstijladvies de eerste stap naar een verandertraject, een Leefstijlinterventie, die meerdere maanden duurt. Je staat er dan niet alleen voor! Je wordt ondersteund door een Leefstijlspecialist waar je regelmatig contact mee hebt.

Veranderen gaat het best als je steun van je omgeving hebt. Een Leefstijlinterventie geeft de beste resultaten als ook collega's van je afdeling /groep meedoen. Prestar heeft een handig product (de ID-methode) voor interventies ontwikkeld waarmee een maximale kostenefficiëntie wordt behaald: de beste resultaten tegen de laagste kosten. Neem contact op met info@prestar.nl (dit kan ook via je werkgever)

NB: op dit moment zijn we in bespreking om een deel van deze Leefstijlinterventies te laten vergoeden door verzekeraars.

Protocol

Achtereenvolgens worden de volgende onderwerpen in dit protocol behandeld:

Registratie als "Leefstijlspecialist"

1. Waaraan moet een Leefstijlspecialist voldoen om zich te registreren als Leefstijlspecialist?
2. Hoe kan een Leefstijlspecialist zich aanmelden om geregistreerd te worden als "Leefstijlspecialist" op www.leefstijlspecialisten.nl ?
3. Hoe verloopt het afnemen van Prestar-testen en over welke materialen om testen uit te voeren moet de Leefstijlspecialist te beschikken?
4. Welke andere voorwaarden zijn van toepassing?


Leefstijladvies en Leefstijlinterventie

5. Wat is de inhoud van een Leefstijladvies?
6. Wat is de inhoud van een Leefstijlinterventie?
7. Hoe verloopt de facturering?
8. Verslaggeving en monitoring.
9. Ondersteuning

Addendum

Registratie als “Leefstijlspecialist”

1. Waaraan moet een Leefstijlspecialist voldoen om zich te registreren?

‘Leefstijl met Prestar ’ maakt gebruik van de inzet van deskundige Leefstijlspecialisten die voldoen aan de volgende kwaliteiten:

- Is lid van de Nederlandse Beroepsvereniging voor Leefstijlprofessionals (NBLP) of de Beroepsvereniging van LeefstijlCoaches Nederland (BLCN) (zie addendum blz.14).
- Functioneert op Hbo-niveau(Hoger Beroeps Onderwijs) en bij voorkeur SCAS gecertificeerd.
- Ervaring hebben in het geven van leefstijlondersteuning met een gecombineerde leefstijlinterventie (dus geïntegreerde aandacht voor beweging, voeding en stress).
- In staat zijn gesprekken volgens een methode van motiverende gespreksvoering uit te voeren.
- In staat zijn om deskundig de gezondheidstesten van de Health Check uit te voeren.

De Leefstijlspecialist moet (volgens eigen verklaring) aan ieder item voldoen voordat een registratie als “Leefstijlspecialist” mogelijk is.

Alleen als een Menzis-cliënt gebruik maakt van een geregistreerde Leefstijlspecialist komt hij/zij in aanmerking voor de afgesproken vergoeding door Menzis.

2. Hoe kan een Leefstijlspecialist zich aanmelden om geregistreerd te worden als “Leefstijlspecialist”

De Leefstijlspecialist die op www.leefstijlspecialisten.nl geregistreerd wil worden als “Leefstijlspecialist”, moet alle opgesomde kwaliteiten te bezitten en alle voorwaarden te accepteren. Hij/zij drukt het contract (blz. 13) af, ondertekent het en stuurt deze (digitaal of per brief) als acceptatie en eigen verklaring aan Prestar.

Prestar
Spits 18
9801RA Zuidhorn
of info@prestar.nl

Na aanmelding ontvangt de Leefstijlspecialist alle noodzakelijke informatie, zoals een professionele inlogcode voor Presto en vindt (na controle) vermelding op de website Leefstijlspecialisten.nl plaats.

3. Hoe verloopt het afnemen van Prestar-testen en over welke materialen om testen uit te voeren moet de Leefstijlspecialist te beschikken?

De standaard intake voor een Leefstijladvies (en ook voor een leefstijlinterventie) bestaat uit het uitvoeren en bespreken van een QuickScan en een HealthCheck tijdens een adviesgesprek om een goede beginsituatie voor een interventie te creëren.

- Maak in Presto een QuickScan (QS)code aan voor een cliënt en verzend die naar zijn/haar persoonlijk e-mailadres. De Leefstijlspecialist ontvangt achteraf een verzamelfactuur van Prestar voor elke code die verstuurd is.
- De code (met instructie) wordt automatisch per email toegezonden aan de cliënt. Nadat de vragenlijst is ingevuld ontvangt de cliënt het persoonlijk verslag (pdf) van de situatie rond de BRAVO-factoren per email.
- Vraag toestemming aan de cliënt om inzicht te krijgen in de resultaten van de QS of vraag de cliënt om de pdf af te drukken en mee te nemen naar het adviesgesprek.
- Tijdens het gesprek log je in bij Presto om de resultaten van de QuickScan te beoordelen en te bespreken. Direct aansluitend voer je de testen van de Health Check van deze cliënt uit en vult de resultaten via Presto online in.

De cliënt ontvangt later per email een verslag (pdf) over de resultaten en beoordeling van zijn persoonlijke Health Check.

Voor het gebruik van een Health Check wordt achteraf een verzamelfactuur door Prestar toegezonden aan de Leefstijlspecialist.

De individuele testresultaten worden anoniem gebruikt voor de managementinformatie (groepsinformatie) en voor de monitoring aan het eind van een leefstijlinterventie.

Over welke testmaterialen moet de Leefstijlspecialist te beschikken?

Om de Health Check op voldoende niveau uit te kunnen voeren moet de Leefstijlspecialist beschikking over:

- Bloeddrukmeter (systolische en diastolische bloeddruk; zittend gemeten aan de rechter arm).
- Weegschaal (eventueel met impedantiemeting voor bepaling van het vetpercentage).
- Centimeter voor meten van lichaamslengte en middelomtrek.
- Handschoenen, lancetten en pleisters om een vingerprik uit te kunnen voeren.

- Testapparaat en strips om bloedglucose (niet nuchter bloedsuikergehalte in mmol/l, of HbA1c gehalte in mmol/mol) uit te voeren.
- Test en strips om totaal cholesterolgehalte te bepalen.
Uiteraard kunnen de bloedtesten via een gecombineerd apparaat bijv. Accutrend, bepaald worden.
Bloedonderzoek naar glucose en cholesterol wordt in ieder geval bij cliënten met overgewicht uitgevoerd.
- Huidplooiometer of impedantiemeter voor het bepalen van het vetpercentage.
- Apparatuur voor eenvoudige longfunctie meting (VC, en FEV1 sec) Wordt alleen bij rokers uitgevoerd.
- Geschikte testruimte met voldoende privacy en een laptop/computer/tablet met internetverbinding.

4. voorwaarden zijn van toepassing?

- Vervoer moet zelf geregeld worden.
- Reiskosten worden niet apart vergoed via het protocol.

Leefstijladvies en Leefstijlinterventie

5. Wat is de inhoud van een Leefstijladvies?

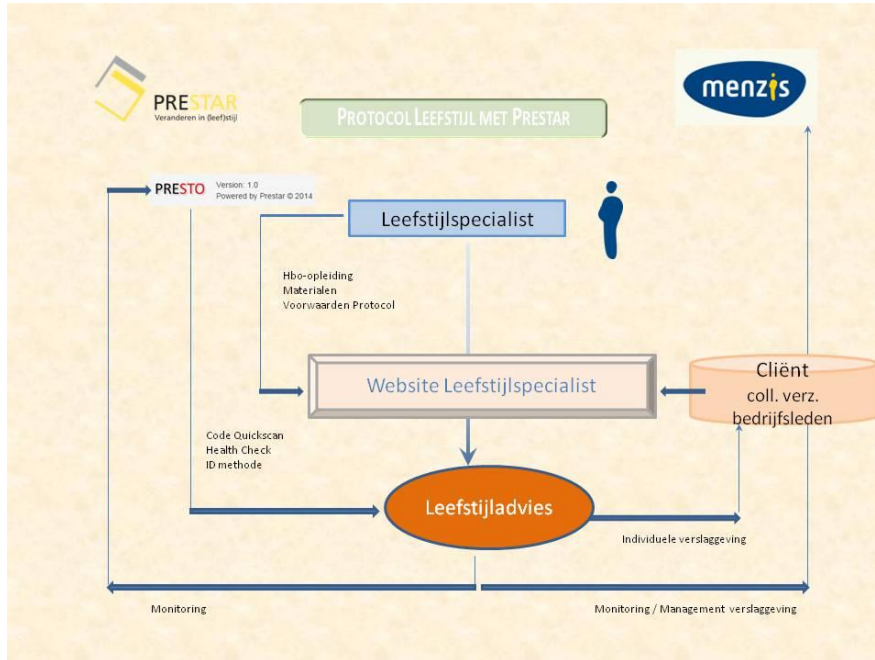
Het Leefstijladvies binnen "Leefstijl met Prestar" is een kortdurend individueel proces waarin een cliënt van Menzis ondersteund wordt door een Leefstijlspecialist in het verbeteren van de leefkracht. Aandachtspunten:

- ✓ De cliënt is verzekerd bij Menzis als werknemer van een organisatie die aangesloten is bij WerkGezond (collectieve bedrijven verzekering bv. FNV of Ahold)
- ✓ De cliënt neemt via www.leefstijlspecialisten.nl contact op met een Leefstijlspecialist die gekwalificeerd is als "Leefstijlspecialist"
- ✓ De Leefstijlspecialist plaatst de cliënt in een groep op Presto met een unieke naam waarin de naam van het bedrijf / afdeling kenbaar wordt.
Deze unieke naam is nodig om een anoniem afdelingsrapport te genereren door Prestar als er in een latere fase een Leefstijlinterventie plaatsvindt.
- ✓ De Leefstijlspecialist stuurt een code voor een QuickScan (van de BRAVO-factoren) via Presto aan de cliënt.
- ✓ De cliënt vult online de QuickScan in en ontvangt een email met een pdf over de resultaten.
- ✓ De Leefstijlspecialist en de cliënt maken samen een afspraak van 1 uur waarin de resultaten van de

QuickScan worden besproken, de Health Check wordt uitgevoerd en het Leefstijladvies wordt geven conform de details (zie paragraaf 3).


- ✓ Dit contact vindt plaats op de werklocatie van de Leefstijlspecialist.
- ✓ De Leefstijlspecialist meldt zich bij Prestar over het uitgevoerde Leefstijladvies en ontvangt instructies over facturering aan de klant (zie paragraaf 7).
- ✓ De adviesprijs voor een Leefstijladvies uitgevoerd door een erkende Leefstijlspecialist bedraagt € 145,20 (incl. btw).
- ✓ De Leefstijlspecialist ontvangt een verzamelfactuur van Prestar over:
 - inschrijving als gebruiker van Presto (gratis)
 - vermelding op www.leefstijlspecialisten.nl (eenmalig € 25,=)
 - de afgenomen QuickScan codes (inclusief de verslaggeving aan de cliënt)
 - de afgenomen HealthChecks (inclusief de verslaggeving aan de cliënt)
 - advies en administratieve ondersteuning.
- ✓ De Leefstijlspecialist administreert zijn adviezen aan een bepaalde cliënt en bewaart deze veilig gedurende 3 jaar.

- ✓ Indien dezelfde cliënt binnen 1 jaar na datum een langer durende leefstijlinterventie wenst, wordt dit Leefstijladvies niet opnieuw uitgevoerd.



LEEFSTIJLADVIES			
PROTOCOL LEEFSTIJL MET PRESTAR			
	Presto	Leefstijlspecialist	Cliënt
		← Contact	
	QuickScan code		→
←	verslag QuickScan		→
		Afspraak 1 uur	
Management informatie	HealthCheck uitvoeren		→
		Leefstijl Adviesgesprek	
←	verslag HealthCheck		→

6. Wat is de inhoud van een Leefstijlinterventie?

Een leefstijlinterventie binnen het protocol 'Leefstijl met Prestar'  is een groepsproces waarbij de leden van de groep/afdeling in eerste instantie de procedure zoals beschreven bij het Leefstijladvies ondergaan en vervolgens een individueel traject ingaan over een langere tijd (1 jaar). Hierbij wordt gebruik gemaakt van de Interventie Differentiatie-methode (ID-methode) van Prestar.

NB. Omdat een Leefstijlinterventie in 2016 niet extra vergoed wordt door Menzis, volgt hierna een beknopte beschrijving. Voor meer gedetailleerde informatie kan men zich wenden tot info@prestar.nl

ID methode

De ID-methode wordt gebruikt door Leefstijlspecialisten om een leefstijlinterventie bij de medewerkers van een georganiseerde groep (bedrijf, vereniging) voor te bereiden, richting te geven en te evalueren.

Het primaire doel is om een optimale **kosten efficiëntie** te bereiken: een optimaal resultaat tegen een zo laag mogelijke prijs. Er wordt daarom gefocust op doelen die realiseerbaar zijn, met weglating van kansarme onderdelen zodat een maximaal rendement kan worden bereikt binnen een reëel tijdsbestek. De ID-methode is optimaal te gebruiken voor groepen/afdelingen van 30-100 personen.

Werkwijze Interventie Differentiatie (zie beknopte toelichting in addendum bladzijde 17)

Bij ieder groepslid/werknemer wordt in eerste instantie het proces uitgevoerd dat beschreven is onder Leefstijladvies (paragraaf 5). Met de QuickScan en de HealthCheck wordt een individueel leefstijlprofiel bepaald. In dit profiel wordt de nadruk gelegd op de O-BRAVO factoren (Overgewicht, Bewegen, Roken, Alcohol, Voeding en Ontspanning).

Vervolgens worden de voorwaarden voor interventie vastgesteld. Hierbij wordt gebruik gemaakt van het begrip "Interventie-Unit". Dit is een rekeneenheid waarin verschillende variabelen van een interventie worden gebundeld en waarin de groepsgegevens van de QuickScans anoniem (in de vorm van management informatie) worden gegroepeerd. Met behulp van deze informatie wordt vervolgens een ID-offerte uitgebracht.

Door een open gesprek aan de hand van deze offerte kunnen de vertegenwoordiger van het bedrijf en de Leefstijlspecialist met zorgvuldige afwegingen van behoeftes en belangen, keuzes gemaakt worden. Het streven is een duurzame gedragsverandering met toename van de gezondheid door het informeren en te steunen bij het veranderen van een ongezonde leefstijl, passend binnen het beschikbare budget.

7. Hoe verloopt de facturering?

Er zijn afspraken gemaakt met Menzis zodat de facturering geautomatiseerd kan verlopen en de cliënt de factuur van de Leefstijlspecialist tot een afgesproken maximum door Menzis gerestitueerd krijgt. Prestar zal deze afspraken maken en na controle van activiteiten accorderen.



LeefstijlPro

Leefkracht 1

1111 ZZ Aldaar

bankrekening: NL 991NG 000123456

Datum 1 september 2016

Kenmerk: |

Factuur

De heer L.Kracht
Gezondlaan 1
9999 AA Alhier
BSN 078.000.000

L.Kracht geb. datum 01011990, Menzis verz.nr. 123456789

1 x Leefstijladvies 1 augustus 2015 verrichtingen code 20408

	€ 120,=
BTW 21%	€ 25,20
Totaal	€ 145,20

Prestar stelt (desgewenst) aan gekwalificeerde Leefstijlspecialisten een tool ter beschikking waarmee facturen kunnen worden geproduceerd die voldoen aan de gestelde eisen. De procedure is als volgt.

De Leefstijlspecialist stuurt de cliënt een factuur die unieke kenmerken heeft. De factuur bevat:

- gegevens van de cliënt

naam, adres, woonplaats, geslacht, geboortedatum, verzekeringsnummer en/of BSN nummer.

- de verrichtingencode

Menzis code Leefstijladvies 20408

- het logo van 'Leefstijl met Prestar'

Met deze kenmerken op de factuur kunnen de (elektronische) declaraties door zorgaanbieders verwerkt worden. De factuur moet door de verzekerde cliënt betaald te worden. Menzis vergoedt een afgesproken deel van de dienstverlening (restitutie).

BTW

“Medische handelingen die gericht zijn op de gezondheidskundige verzorging van de individuele mens zijn vrijgesteld van btw”.

Op dit moment is deze regel op alleen BIG-geregistreerde Leefstijlspecialisten van toepassing.

Prestar factureert aan de Leefstijlspecialist de kosten van het leefstijladvies zoals beschreven in paragraaf 5.

Hieraan worden bij een Leefstijlinterventie toegevoegd de kosten van:

- ◇ het opmaken van de ID-offerte per groep
- ◇ hertesten
- ◇ monitoring van een groep

8. Verslaggeving en monitoring

Voor een Leefstijladvies (of Leefstijl interventie) binnen het protocol 'Leefstijl met Prestar' wordt alle verslaggeving en monitoring door Prestar verzorgd. Dit betreft bij Leefstijladvies::

- ◇ Individueel verslag van een QuickScan;
- ◇ Individueel verslag van een Health Check;

In geval van een Leefstijlinterventie ook:

- ◇ Groepsverslag van QuickScan en Health Check in de vorm van management informatie ten behoeve van de afdeling/bedrijf;
- ◇ De ID-offerte voor een groep;
- ◇ Hertesten van QuickScan en Health Check;
- ◇ Monitoring van een Interventiegroep met de voortgang:

- in "stage" per BRAVO factor
- in de aspecten van gezondheid (Health Check)
- kostenefficiëntie van het project.

9. Ondersteuning

Beschikbaar vanuit Prestar voor de deelnemende Leefstijlspecialist:

- ◇ Factuurtool
- ◇ Advies door Prestar als intermediair
- ◇ Helpdesk Presto

In geval van een Leefstijlinterventie ook:

- ◇ Protocol gedragsverandering
- ◇ Voedingsdagboek
- ◇ Beweeglogboek

Contract

Om een contract met Menzis aan te kunnen gaan gelden de volgende algemene eisen:

- ✓ De kwaliteit en prijs van de geleverde zorg zijn vastgelegd in dit protocol 'Leefstijl met Prestar'
- ✓ Er dient een goede bereikbaarheid en beschikbaarheid van de zorg te zijn (www.leefstijlspecialisten.nl).
- ✓ Zorg dient doelmatig ingezet te worden. Het werken met de Interventie Differentiatiemethode is daar op gericht.
- ✓ Samenwerking tussen zorgaanbieders. Overleg met de bedrijfsarts en huisarts in voorkomende gevallen is noodzakelijk.

Kun je aan alle items in paragraaf 1, 2, 3 en 4, van dit document (pagina 5 t/m 7) die gekenmerkt worden door dit hokje voldoen? Teken dan het contract om als gekwalificeerd "Leefstijlspecialist" geregistreerd te worden op de website Leefstijlspecialisten.nl

Je bent dan vindbaar voor cliënten/ bedrijven die collectief verzekerd zijn bij Menzis. Zij kunnen contact met je opnemen om een Leefstijladvies zoals in dit protocol 'Leefstijl met Prestar' beschreven wordt, uit te voeren. Onderteken dit contract en stuur het op naar Prestar.

Ja, ik naam invullen

wil geregistreerd worden als gekwalificeerde "Leefstijlspecialist" op de website Leefstijlspecialisten.nl

Ja, ik voldoe aan alle -items van paragraaf 1,2,3 en 4 en zal werkzaamheden conform het protocol "Leefstijl met Prestar" uitvoeren, als ik gecontracteerd word door een cliënt van Menzis.

Mevr. / De heer _____

Adres: _____ Postcode _____

Plaats: _____

Email adres _____

- Ik ben lid van de NBLP
- Ik ben lid van BLCN
- Ik ben geregistreerd op leefstijlprofessional.nl
- Ik heb al gewerkt met Presto
- Ik ben geïnteresseerd in een opfriscursus Motivational Interviewing
- Ik ben geïnteresseerd in een opfriscursus medische testen.
- Plaats, datum _____

Handtekening:

Addendum

Presto (bladzijde 2)

Presto is het interactieve platform voor dit project. Een Leefstijlspecialist logt met zijn professionele code in om groepen te creëren en profielen aan te passen met teksten, gepersonaliseerde tags of een logo. De Leefstijlspecialist kan codes voor testen aanmaken en distribueren naar een medewerker van deelnemende afdelingen van een bedrijf of groep. De deelnemer ontvangt de verslagen van uitgevoerde testen rechtstreeks via Presto, zonder tussenkomst van derden. Prestar behandelt persoonlijke gegevens vertrouwelijk; zij worden nooit aan derden doorgegeven. Voor het vaststellen van groepsresultaten worden de gemiddelde scores bepaald. Presto is beveiligd met een Thawte certificaat zodat privacy gegarandeerd is.

Elke nieuwe Leefstijlspecialist die zich aanmeldt krijgt als nieuwe Presto-gebruiker vijf QuickScan of Health Check cliëntcodes gratis. Let op: als je meer codes aanmaakt worden kosten in rekening gebracht.

<https://www.prestar.nl/presto/>



Deskundigheid Leefstijlspecialist

(paragraaf 1, bladzijde 5)

In de voorwaarden voor registratie als "Leefstijlspecialist" staat dat hij/zij:

Functioneert op Hbo-niveau. Hbo wordt gegarandeerd door een diploma dat behaald is via een CROHO geregistreerde opleiding.

Bij twijfel aan voldoende vaardigheid in motiverende gespreksvoering of het afnemen van medische testen moet men zich tijdig verder te bekwamen.

(Groeps)bijscholing in motivational interviewing en het verantwoord afnemen van gezondheidstesten kan georganiseerd worden.

Is lid van de Nederlandse Beroepsvereniging voor Leefstijlprofessionals (NBLP) of de beroepsvereniging van LeefstijlCoaches Nederland (BLCN). Deze eis is van toepassing op het geven van een Leefstijladvies.

Als er sprake is van een Leefstijlinterventie zal bij voorkeur wordt gewerkt met SCAS gecertificeerde Leefstijlprofessionals. In de toekomst zal SCAS certificering een voorwaarde voor deelname kunnen worden.



SCAS certificering is mogelijk voor leefstijlspecialisten op basis van hun opleiding en werkervaring en voor andere opgeleiden op HBO denk- en werk niveau die zich via andere wegen , dus via "elders verworven competenties" hebben bekwaamd en kunnen voldoen aan het (nog te formuleren) profiel.

<http://www.scascertificering.com/certificeringstrajecten/leefstijlprofessionals.aspx> >

Voorlopig hanteren wij de globale beschrijving van kerntaken en competenties voor een SCAS certificering:

Kerntaken

- ✓ Implementeert de intake- c.q. analysefase en de bewegings- en/of leefstijlinterventie voor een doelgroep, klant(en) of cliënt(en).
- ✓ Informeert de doelgroep, klant(en), cliënt(en) en/of opdrachtgever(s) ten aanzien van gezondheidsbevorderende acties door middel van bewegings- en/of leefstijl activiteiten/beleid.
- ✓ Initiëren en creëert bewegings- en leefstijlinterventies gericht op het realiseren van gezondheidswinst.
- ✓ Vergaart, ontwikkelt en deelt kennis.
- ✓ Managet de bedrijfsvoering van de beweeg- en leefstijlorganisatie.

De Leefstijlspecialist is een generalist op hoog niveau en dat is noodzakelijk om het moeilijke proces van gedragsverandering en bewegingsstimulering zinvol , veilig en succesvol vorm te geven in diverse settings (sport, werk, vrije tijd en zorg). Om deze kerntaken naar behoren uit te voeren beschikt de Leefstijlprofessional over de volgende kennis, vaardigheden en attitudes (competenties)

1. Competenties gericht op Intrapersoonlijke ontwikkeling
Reflectie (zelfmanagement , individueel leren) en professionele oriëntatie (netwerken, samenwerking, communicatie, internationale oriëntatie) .
2. Professionele taken operationeel
Vaardig in assessments (testen, meten, interviewen), gedragsverandering (adviseren, instrueren, stimuleren, motiveren, gezondheidseducatie, coaching en counseling)
3. Ontwikkelen inhoud
getraind in onderzoeken (evalueren, gebruik van kwalitatieve en kwantitatieve methoden, schrijfvaardigheid en presenteren) en innovatie (ontwerpen en ontwikkelen).
4. Strategische niveau
Op strategisch niveau is de Leefstijlspecialist geschoold in ondernemerschap (o.a. project management en business development) en beleidsontwikkeling.

O-BRAVO factoren | stages of change

Met de QuickScan en de HealthCheck wordt een leefstijlprofiel bepaald. In dit profiel wordt de nadruk gelegd op de O-BRAVO factoren (Overgewicht, Bewegen, Roken, Alcohol, Voeding en Ontspanning) en haar gevolgen.

Elke factor wordt gescoord op een schaal (stage of change) van 1 tot en met 5.

Score 1 betekent dat er geen behoefte aan verandering is terwijl stage 5 betekent dat de optimale situatie is bereikt. Deze score is een aanwijzing voor de veranderingsbereidheid van de betreffende medewerker voor die leefstijlfactor. De veranderingsbereidheid bepaalt de manier waarop de medewerker tijdens een interventie benaderd gaat worden. In de verslaggeving wordt elke leefstijlfactor weergegeven met een kleurcode en toegelicht. Bijvoorbeeld:



ID methode

(paragraaf 6, pag. 10)

De ID-methode wordt gebruikt door Leefstijlspecialisten om een leefstijlinterventie bij de medewerkers van een georganiseerde groep (bijv. bedrijf of vereniging) voor te bereiden, richting te geven en te evalueren.

Het primaire doel is om een optimale **kostenefficiëntie** te bereiken. Dat wil zeggen een optimaal resultaat tegen een zo laag mogelijke prijs.

Het oorspronkelijk artikel over de ID methode (2008) is te vinden via <https://www.prestar.nl/wp-content/uploads/2011/07/prestarIDmethode.pdf>

Recente artikelen gericht op voorlichting van de potentiële klant ("de organisatie") is op aanvraag te verkrijgen via info@prestar.nl

Aan de hand van de ID-offerte kan in overleg een antwoord worden verkregen op een aantal belangrijke vragen over deelname aan een interventie:

Wie wel en wie niet? Wat wel en wat niet? Hoe en wanneer? En uiteraard: "Wat kost dat dan?" zijn de vragen die beantwoord moeten worden. Met behulp van de ID-offerte kunnen keuzes gemaakt worden op basis van beschikbaar totaalbudget, individuele omstandigheden of om een bepaalde leefstijlfactor niet in de interventie te betrekken

(bijvoorbeeld problematisch drinken) of de mogelijkheden binnen een vergoedingen systeem te bespreken. De keuzes worden vooraf schriftelijk vastgelegd.

Wanneer een werknemer minder dan 1 jaar geleden heeft deelgenomen aan een Leefstijladvies volgens het protocol Leefstijl met Prestar, wordt deze fase (= Leefstijladvies a 1,5 interventie-units) niet herhaald.

Aan het eind van elke leefstijlinterventie worden hertesten uitgevoerd (QuickScan en HealthCheck) zodat er een voortgangsverslag per individu en per afdeling/groep van een bedrijf kan worden samengesteld, als "monitoring".

In Schema

QuickScan + HealthCheck + gesprek = Leefstijladvies

Groep: ID-offerte → keuzes

Leefstijlinterventie → Hertesten → Monitoring



versie 3.0

november 2015