

## Cool 2B Fit 2.0

- Start 1 januari 2024
- Gecombineerde leefstijl interventie (leeftijd 6-16 jaar) met veel meer zorg op maat.
- Gezinsbehandeling, laagdrempelig, waarbij wekelijks kan worden ingestroomd.
- Een unieke koppeling tussen zorg en sport
- Duur: in totaal 2 jaar. Intensieve fase duurt 1 jaar. Onderhoudsfase duurt ook 1 jaar.
- Follow up na 3 jaar: Online vragenlijst verstuurd. Dit is geautomatiseerd.
- Het team: kinderfysiotherapeut, diëtist en sportinstructeur. Geen gedragsdeskundige meer.
- Nazorgfase 3e jaar: door Centrale Zorg Verlener (CZV). Het team heeft nauwe contacten met CZV.

### Ketenzorgteam

Er dient een ketenzorgteam in elke gemeente ( of wijk) te worden opgericht, die minimaal 3-4 x per jaar bij elkaar komen voor overleg. Ook de gemeente is daarbij vertegenwoordigt, waardoor de lijnen met de gemeente kort zijn.

Ketenzorgaanpak. Kind naar Gezond Gewicht. Dit is een onderdeel van JOGG.

<https://kindnaargezondgewicht.nl/>

Bij gemeenten die aangesloten zijn bij JOGG en deelnemen aan Kind naar gezond gewicht wordt een projectleider binnen de gemeente aangesteld voor Kind naar Gezond Gewicht. Hij/ zij zorgt voor het oprichten van het ketenzorgteam door netwerkvorming op bestuurlijk- management- en uitvoerend niveau. Lokale Cool 2B Fit teams kunnen zich hierbij aansluiten en gebruik maken van dit netwerk.

### Centrale Zorg Verlener (CZV)

Vanaf 2024 dient er in elke gemeente een CZV te worden aangesteld. Zorgverzekeraars hebben als eis gesteld dat iemand van de JGZ dient te zijn. De kern van de rol van CZV bestaat uit coördinerende taken met het werken vanuit een brede blik en afnemen van de brede anamnese. Daarna wordt er een plan van aanpak opgesteld. Dit wordt gedaan vanuit een coachende houding met aandacht voor het versterken van zelfmanagement van kind en gezin in elke fase van de aanpak. Bij problematiek op psychosociaal gebied kan de CZV de daarbij behorende passende hulp inschakelen. Als er tijdens het programma Cool 2B Fit blijkt dat er meer hulp nodig is binnen een gezin, kan er overleg plaatsvinden en kan er worden terugverwezen naar de CVZ voor gerichte doorverwijzing.

### Uitvoering

- Er zijn 20 sportlessen en 20 thema sportlessen van 1 uur, waar alle onderwerpen aan bod komen.
- In de vakanties zijn er geen sportlessen
- De sportlessen worden door de sportinstructeur gegeven en de thema sportlessen door een kinderfysiotherapeut
- Onderwerpen: “gedragsverandering” en “probleem oplossen” worden besproken tijdens de individuele evaluatiemomenten. Dus veel meer zorg op maat.
- De allereerste keer dat je start met een groep, dien je te starten met een groep van minimaal 4 kinderen.
- Daarna kunnen deelnemers en hun ouders elke maand instromen, m.u.v. de zomervakantie

- Ouders krijgen elke week een interactieve mail met het onderwerp wat op dat moment met de themalessen wordt besproken met een daarbij behorende thuisopdracht. Dit gaat automatisch via de mail.
- De kinderfysiotherapeut is de lokale coördinator van de Cool 2B Fit groep.
- De ouderbijeenkomsten, 9 bijeenkomsten van 1 uur per jaar.
- Dit zijn 4 ouderbijeenkomsten en 5 kind – ouder themasportlessen. Dit is 1x per maand met uitzondering van juli en augustus.

#### **Ouderbijeenkomsten van 1 uur Gegeven door diëtist**

- Bijeenkomst 1: Schijf van 5. Verzaaid en onverzaaid vet. Eetgewoonten.
- Bijeenkomst 2: Drinken. Ontbijten. Wat geef je je kind mee naar school?
- Bijeenkomst 3: Tussendoortjes. Trakteren.
- Bijeenkomst 4: Etiketten lezen. Smaken en proeven. Vakanties.

#### **Vijf themasportlessen samen met ouder en kind**

- Weerbaarheid
- Pesten
- Nee zeggen
- Schijf van 3
- Slaap

#### **Financiering**

- Deelnemers betalen 18 maanden lang 15 euro per maand. Dit wordt vastgelegd in behandelovereenkomst.
- De sportlessen en huur van de gymzaal kunnen uit de ouderbijdrage worden betaald. Gemeenten kunnen hier ook een bijdrage aan leveren door bijvoorbeeld een buurtsportcoach ter beschikking te stellen of de huur te betalen.
- Een deel van de ouderbijdrage wordt als een financiële beloning gezet. Wanneer het kind met ouder(s) elke evaluatie komen, krijgen ze 30 euro terug. Wanneer alle thuisopdrachten worden gemaakt, krijgen ze 20 euro terug.
- De uren van de kinderfysiotherapeut en diëtist worden uit de reguliere basiszorgverzekering betaald. Voor nieuwe teams blijven de licentiekosten 1250 euro. Daarna elk jaar 100 euro.

#### **Wetenschappelijk onderzoek**

- Er zijn 4 meetmomenten voor wetenschappelijk onderzoek.
- Tevens worden er procesevaluatie van ouders kinderen en zorgprofessionals bijgehouden.

Cool 2B Fit 2.0

