

2018 - 2020

Aantal doorverwijzingen zorgregistratiesysteem **197**

Aantal intakes door leefstijl-coaches **77**

2020

Aantal doorverwijzingen via zorgregistratiesysteem **52**

Aantal intakes door leefstijl-coaches **64**



Aantal gestart met beweegprogramma **48**

“Vooral het stukje sporten in de groep motiveert mij. Maar ik merk ook zeker andere veranderingen door healthyLIFE. Ik sta positiever in het leven en heb meer energie. Er zijn ook andere zaken die in mijn leven spelen. Dat verandert nu en healthyLIFE heeft daaraan zeker bijgedragen.”

JOLANDA - DEELNEMER



Resultaten van het programma

doel 2020



Doorstroom naar (regulier) beweegaanbod Stein na 14 weken

Aantal deelnemers beweegprogramma	48	
Gestopt/uitgevallen tijdens beweegprogramma	7	14,58%
Nog actief in beweegprogramma	13	27,08%
Doorgestroomd naar bestaand aanbod	13	27,08%
Meer Bewegen voor Ouderen	0	
Ongeorganiseerde sport	3	
Vervolgprogramma bij partner	7	
Sport/beweegaanbieder	3	
Casus beweegmakelaar	12	25,00%
Onbekend	3	6,25%



Resultaten fysieke metingen

N = 17*	TO		T1 NA 14 WEKEN	
	Value	±SD	Value	±SD
Gewicht (kg)	102,25	±16,30	102,09	±17,67
BMI (%)	36,12	±05,30	36,04	±05,69
6 MWT (%)	69,23	±15,49	77,99	±08,49
Lenigheid (cm)	30,78	±07,90	32,21	±08,11
Knijpkracht (kg)	34,84	±10,90	32,15	±16,38
6-minuten wandeltest	446,71	meter gemiddeld	501,24	meter gemiddeld

*Aantal deelnemers met T0 en T1 meting



HEREN (N = 4)

DAMES (N = 13)

	TO		T1 NA 14 WEKEN		TO		T1 NA 14 WEKEN	
	Value	±SD	Value	±SD	Value	±SD	Value	±SD
Gewicht (kg)	103,40	±05,99	104,3	±06,15	101,90	±18,33	101,50	±19,88
BMI (%)	32,81	±01,64	33,01	±01,74	37,14	±05,61	36,97	±06,14
6 MWT (%)	71,96	±03,15	77,89	±02,53	68,39	±17,55	78,02	±09,61
Lenigheid (cm)	32,00	±10,05	33,00	±12,03	30,38	±07,00	32,00	±06,63
Knijpkracht (kg)	50,95	±06,71	51,70	±10,96	29,88	±06,09	26,13	±12,65
6-minuten wandeltest	509	meter gemiddeld	547,75	meter gemiddeld	427,54	meter gemiddeld	486,92	meter gemiddeld

“Ik heb lage rugproblemen, maar door te gaan bewegen en toch wat intensiever en door jezelf uit te dagen, worden ook deze klachten steeds minder. Ik heb nu al zo'n jaar geen klachten meer gehad. Ook geestelijk levert het veel op, ik zit lekkerder in mijn vel en ik ben positiever.”