

Jaarrapportage 2025- Werkgroep VRA Bewegen en Sport (WVBS)

Hieronder treft u voor de verschillende onderwerpen met ruimte om de realisatie en plannen voor het afgelopen en komende jaar te beschrijven.

Kwaliteit

Denk aan: Richtlijnen, behandelkaders, zorgstandaarden; Afstemmen behandelprogramma's; Behandelmodules

Doelen

Met klinimetrie op het gebied van bewegen, sport en voeding, leefstijl binnen de revalidatie zichtbaar en navolgbaar te maken.

Uniforme beweegzorg aanbieden gebaseerd op de laatste wetenschappelijke ontwikkelingen of best practices. Effectief inzetten van leefstijl binnen de revalidatiepopulatie en het een integraal deel te laten zijn van MSR programma's.

Iedere patiënt binnen de (poli) klinische revalidatie krijgt volgens een vaste systematiek een wetenschappelijk onderbouwd beweeg- en/of sportadvies en voedingsadvies. Streven is een gezond beweeg- en voedingspatroon vast te houden ook na de revalidatie.

Uit te werken onderdelen:

- 1) De revalidant kan op een veilige, verantwoorde en efficiënte manier trainen en sporten;
- 2) We hebben kennis over gezonde voeding voor onze revalidant
- 3) We hebben kennis over optimaliseren slaap
- 4) We hebben kennis over gedragsverandering richting aannemen en aanhouden van een gezonde leefstijl (m.b.t. bewegen, voeding en slaap) tijdens en na de revalidatie

Realisatie in afgelopen jaar

In 2024 werd een aanvraag gedaan voor behandelkader Fysieke fitheid: testen en trainen d.d. 12-2-24. (nav eerder verzoek van VRA bestuur van 2022). Dit werd afgewezen in 2024 door de commissie Kwaliteit met als reactie een lage prioriteit. Als reactie hebben we een brief gestuurd naar het VRA bestuur d.d. 8-3-2024. Meest recente mailcorrespondentie over het maken van een afspraak dateert van 9-8-2024.

Vanuit WVBS is reactie gegeven op het concept Medisch Beleidsplan van de VRA.

Vertegenwoordigers 'voeding' maakten start met verzameling van bestaande kennis en lopend onderzoek mbt voeding. Samenwerking met Alliantie in de Voeding werd voortgezet.

Vertegenwoordigers 'meer inzicht krijgen in het volhouden gedragsverandering, wat zijn succesfactoren' verzamelde bestaande kennis over dit onderwerp en deelde deze met de werkgroep.

December 2024 inhoudelijke presentatie door D. Stokman over beweeg- en gedragsprofiel.

Presentatie inhoudelijk deel vergadering door prof. dr. A. Dijkstra over Gedragsverandering verzet → Q 1 2025

Voorgenomen acties en relatie met algemeen beleid VRA

Aandacht voor preventie sluit aan bij concept Medisch Beleidsplan VRA 2025

In navolging op mailwisseling augustus 2024, wordt een afspraak gepland tussen afvaardiging WVBS en VRA bestuur om te spreken over behandelkader fysieke fitheid → I vd Zee en R Dekker

Samenwerking met Alliantie in de Voeding werd voortgezet → P Boelens

Presentatie inhoudelijk deel vergadering door prof. dr. A. Dijkstra over Gedragsverandering volgt in Q 1 2025
Verdere verdieping zoeken met anderen met meer ervaring gedragsverandering

Slaap: samen met nieuwe leden WVBS werkgroep met aandachtsgebied slaap → V. van Reuler en Olaf Verschuren

Slaap: NTR gastredactie → P Boelens en V Reuler

Resultaatmeting

Denk aan: Prestatie-indicatoren en meetinstrumenten

Doelen
Formuleren van minimaal klinisch relevante uitkomstindicatoren op het gebied van testen, trainen, beweeggedragsverandering, behoud van beweeggedrag, gezonde slaap, gezonde voedingstoestand en voeding binnen de revalidatie. 1) Inspanningsdiagnostiek wordt het standaard meetinstrument. 2) Implementeren sport- of beweegadvies als indicator of uitkomstmaat van zorg. 3) We weten welk meetinstrument voor voedingsintake het beste kan worden gebruikt voor welke patiënt en delen deze kennis met diagnosegebonden werkgroepen 4) Inventarisatie op welke manier momenteel aandacht wordt besteed aan slaap in poliklinische en klinische MSR; 5) Ontwikkelen visiedocument 'Slaap in revalidatie'.
Realisatie in afgelopen jaar
Ad 1 en 2 Indicatorset op het gebied van bewegen en gezondheid te formeren, verzoek ingediend in 2024 → T Sluis, M Fluit en R Dekker Ad 3 Vertegenwoordiging voeding (Menkveld, Bodde, Meuleman, Lammers, Boelens) verzamelde (samen met andere collegae werkveld en Alliantie Voeding) kennis over meetinstrumenten voor voeding (bv EET score) Ad 4 en 5 O Verschuren als nieuw lid van de werkgroep, onderzoeks- en werkveld met aandacht voor slaap.
Voorgenomen acties en relatie met algemeen beleid VRA
- (Door)ontwikkelen van objectieve uitkomstmaat (prestatie-indicator / Revalidatie Impact Score) voor fysieke fitheid van revalidatiepatiënten (Martin, Biko, Tebbe, Rienk en Wendy) - Literatuuronderzoek van de meest relevante uitkomstindicatoren op de relevante domeinen van gezonde leefstijl in de revalidatie. - Implementeren van deze uitkomstindicatoren voor zichtbaarheid van onze beweeg en levensstijl zorg. - Vertegenwoordiging voeding (Menkveld, Bodde, Meuleman, Lammers, Boelens) gaat verder met verzamelen kennis (samen met andere collegae werkveld en Alliantie Voeding) over meetinstrumenten voor voeding, en maakt keuzes voor welke patiëntengroepen toepasbaar (Q4 2025). - Vertegenwoordiging slaap (O Verschuren en V Reuler) maakt plan over op welke manier WVBS zicht richt op thema slaap - Ontwikkeling visiedocument 'Slaap in de revalidatie'

Wetenschappelijke activiteiten

Denk aan: SKMS-projecten; Voordrachten, presentaties; Wetenschappelijk onderzoek

Doelen
Doel: Kennishiaten inventariseren, oppakken van kennishiaten op het gebied van leefstijl, bewegen, testen, trainen/sporten en om dit met onderzoek van wetenschappelijk bewijs te voorzien. Doel: Wetenschappelijk onderzoek vormgeven voor de wetenschappelijke basis van belang van testen, bewegen, sporten/trainen, ontspannen, voeding en slaap in de revalidatie. 1) Kennisverbreding mbt bewegen/sport en voeding 2) Kennisvergaring door werkgroepleden 3) Kennisdelen door werkgroepleden

Realisatie in afgelopen jaar
1) 4/ jaar tijdens vergadering wetenschappelijk inhoudelijke presentaties over onderwerpen die aansluiten bij onze visie en missie. Maart '24 Dhr J. Faber; eHealth tool mbt overbrugging wachtperiode voorafgaand aan cardiovalidatie bij patiënten met lage sociaal economische positie; mei '24 AIRe (congres), september '24 afscheidsymposium Hans Leutscher, december '24 D. Stokman 'maken en testen van beweeg- en gedragsprofiel' 2) Themadagen (o.a. 22 mei 2024) en webinars vanuit vereniging AIRe (aandachtsgebied inspanningsfysiologie revalidatiegeneeskunde); deelname en actieve bijdrage aan AIRe en de door hen georganiseerde themadagen en webinars. 3) Verzamelen kennis over veilig testen en trainen, welke voeding voor welke patiënt, gedragsverandering (on-going) 4) Op iedere werkgroepvergadering wordt info over potentiële symposia en congressen gedeeld (vast agendapunt) 5) Kennis gedeeld via vergadering werkgroepbesturen en bestuur VRA mei – online- en november – live- 2024, Nieuwsbrief VRA, artikelen NTR. 6) Inventarisatie van kennishiaten werd gestart in 2023, zo ook werd vanuit de werkgroep het BETERRS (Bewegen, Eten, Trainen, Energie, Revalidatie, Rust en Slaap) consortium opgericht om met de twee hiaten op het gebied van leefstijl en aan de slag te gaan. Er werd een missie en visie geschreven. Het consortium Kennishiaten Leefstijl is inmiddels uitgegroeid tot meer dan 20 enthousiaste deelnemers, waaronder een ervaringsdeskundige, en is in 4 vergaderingen (waarvan 2 in 2024) bij elkaar gekomen. Nadat we ons in de eerste bijeenkomsten vooral georiënteerd hebben op de achtergronden van de kennishiaten, zijn we onlangs met een implementatiedeskundige aan de slag gegaan om kennis/producten die er al wel is/zijn op het gebied van leefstijl te implementeren in de revalidatie.
Voorgenomen acties en relatie met algemeen beleid VRA
4/jaar WVBS vergadering maart 25 presentatie prof. dr. A. Dijkstra over Gedragsverandering; mei 25 icm Rehab Move Congres UMCG, onderwerp september en december volgen (relatie met slaap respectievelijk voeding) Ad 4 en 5 voortzetten. Ad 6 (BETERRS consortium): In 2025 zal verder gewerkt worden aan implementatie van bestaande kennis/producten. Tevens zal ingezet gaan worden op mogelijke gezamenlijke subsidieaanvragen om de kennis uit te breiden.

Deskundigheidsbevordering/onderwijs

Denk aan: Opleiding aios; Nascholing revalidatieartsen; Workshop tijdens DCRM

Doelen
1) Alle aios en revalidatieartsen zijn op de hoogte van principes inspanningsfysiologie en -diagnostiek 2) Alle aios en revalidatieartsen zijn op de hoogte van het belang van het aanhouden van gezonde leefstijl (mbt bewegen, voeding), en weten hoe hun patiënten hierbij te begeleiden 3) Alle aios en revalidatieartsen weten hoe patiënten veilig te testen en trainen en hoe hierover patiënt en therapeut te adviseren 4) Kennis delen met collegae over testen, trainen, sport- en beweeg- en voedingsadvies Workshop tijdens DCRM 2024 DOEL: Deelnemers van de workshop 2024 leren over bestaande preventie initiatieven en doen inspiratie op hoe zelf een bijdrage te leveren aan een preventie infrastructuur. Al wandelend delen zij ideeën over hoe morgen van start te gaan, en bespreken ze ook knelpunten of belangrijke vragen die beantwoord dienen te worden voor het implementeren van een effectief leefstijl beleid. Deze kennis wordt ook als input gebruikt voor het BETERRS consortium (zie bovenstaand). Doel is elk jaar een workshop op DCRM georganiseerd door de WVBS voor zichtbaarheid van wetenschappelijk onderzoek en ontwikkelingen op het gebied van bewegen en sport in de revalidatie alsmede zichtbaarheid van de werkgroep.

Realisatie in afgelopen jaar
Organisatie onderwijsdag van het VRA landelijk scholingsprogramma voor de aios, Lijn: Klinisch redeneren jaar 1: Bewegen, meten en actief zijn, met voordrachten en een up to date DLO DCRM 2024 November Workshop C1 Preventie, je kan er niet om heen, dus wandel met ons mee. Dit was een groot succes met ruim 80 inschrijvingen, Pitches door Dr. A.A. (Annette) van Kuijk, Revalidatiearts en medisch directeur Tolbrug specialistische revalidatie, Jeroen Bosch Ziekenhuis, Den Bosch – Samen in beweging voor een gezonde regio Dr. H.J.G. (Rita) van den Berg-Emons, Universitair Hoofddocent Health-related physical fitness and lifestyle', Revalidatiegeneeskunde Erasmus MC – Leefstijlverandering na een dwarslaesie Ir. M. (Marieke) Nijmeijer, Onderzoeker Lectoraat Kracht van Sport & Bewegen, Inholland – De ontwikkeling van een transmuraal leefstijlcoachingspad voor mensen met een dwarslaesie, caudalaesie of spina bifida. Drs. M. (Martin) Fluit, Programma coördinator zorg, Stichting Special Heroes Nederland – Bouwen aan gezonde gewoontes Drs. P. (Petra) Fieten, verpleegkundig leefstijlconsulent afdeling Hematologie, UMCG, Groningen – Leefstijl in het UMCG: Groninger Leefstijl Interventie Model (GLIM) 20 september 2024 Symposium georganiseerd door en ter ere van het afscheid van Hans Leutscher (KCSB)
Voorgenomen acties en relatie met algemeen beleid VRA
- Lijn: Klinisch redeneren jaar 1: Bewegen, meten en actief zijn is een vast onderdeel in het VRA Scholingsprogramma en komt overeen met de wensen vanuit IZA namelijk preventie met oog op voorkomen van secundaire ziekte na oplopen van beperkingen vanuit allerlei diagnoses. - Workshop op DCRM vanuit de WVBS; werkgroep samengesteld: M Fluit; B Blommestein, D Stokman, R vd Berg-Emons Onze werkgroep missie en visie sluiten aan bij preventie doelen van het IZA en de VRA concept beleidsplan

Samenwerkingsverbanden/netwerk

Denk aan: Contacten met (patiënten)organisaties en andere wetenschappelijke verenigingen; Voorlichtingsmateriaal t.b.v. patiënten

Doelen
Interprofessionele samenwerking, diagnose- en vakoverstijgend met als doel samenwerken om kennis te vergroten en impact te verbeteren m.b.t. gezonde leefstijl (mbt sport, bewegen, voeding en slaap) van onze patiënten. 1) Kenniscentrum Sport en Bewegen (KCSB) en Stichting Special Heroes Nederland bestendigen met als doel toegankelijkheid en deelname bewegen en sport en sporthulpmiddelen voor al onze patiënten te verbeteren (B Blommestein, M Fluit); 2) VSG (vertegenwoordiging vanuit bestuur WVBS); 3) Exercise = Medicine (N Voet, V Altmann, R Dekker, L Simmelink) 4) NOC NSF (vertegenwoordiging vanuit WVBS); 5) AIRe (oa R Dekker, M Fluit) 6) Alliantie Voeding (P Boelens) 7) FMS Beweegalliantie (R Dekker) 8) Samenwerking Alliantie Voeding en andere onderzoekers op gebied voeding/gedrag: vastleggen of en zo ja op welke manier samenwerking gewenst (Q3 2024) 9) Duidelijkheid over welke initiatieven er in Nederland zijn om onze patiënten in beweging te krijgen en houden. 10) Leren van preventie-initiatieven andere wetenschappelijke verenigingen en daarin revalidatie vertegenwoordigen 11) Samenwerken met patiëntenorganisaties om de beweegzorg vanuit patiënten perspectief te benaderen

Realisatie in afgelopen jaar
Patiëntperspectief kwam aan bod op afscheidssymposium van Hans Leutscher. Vertegenwoordiging van KCSB en special heroes is bij alle vergaderingen en (organisatie) congressen Aangesloten bij Preventie Netwerk FMS → J Haisma
Voorgenomen acties en relatie met algemeen beleid VRA
Patiëntenparticipatie in realisatie van wetenschappelijk onderzoek aanbevelen Samenwerken met ervaringsdeskundige in het vormgeven van beweegzorg zorgpaden Revalidatiegeneeskunde perspectief blijven vertegenwoordigen in Preventie Netwerk FMS (J Haisma) Deelname commissie proefschriftprijs VSG → J Haisma Bij iedere interventie afweging of deze toegankelijk en bruikbaar is voor alle patiënten, ook patiënten met lage gezondheidsvaardigheden Doel: advies t.a.v. verbetering bewegen, leefstijl komt álle patiënten ten goede, zeker zij die het nodig hebben; toegankelijkheid van zorg en inclusiviteit moeten we borgen bij de te ontwikkelen initiatieven en leefstijlprogramma's. Dit doen we oa door samenwerking te zoeken met patiëntenverenigingen. Samenwerking verkennen en vormgeven Arts en Leefstijl (Sebastiaan en Susan zijn lid Arts en Leefstijl)

Overige activiteiten

Denk aan: Profilering vak; VRA website; Revalidatie Kennisnet

Doelen
Zichtbaarheid van belang van beweegzorg, beweeggedrag, gezonde leefstijl 1) Continueren actieve bijdrage leden (bestuur) WVBS 2) Het VRA bestuur vraagt ons als afgevaardigde deel te nemen aan (interprofessionele) werkgroepen en overleggen als onderwerp onze visie/missie raakt; 3) Vergaarde kennis is overzichtelijk en goed te vinden; 4) We dragen onze visie/missie uit en vertegenwoordigen de VRA hierbij.
Realisatie in afgelopen jaar
Jaarlijks gesprek bestuur VRA en bestuur WVBS is gepland juni 2025 Portefeuilles zijn verdeeld in nieuwe bestuurssamenstelling (L Simmelink en J Palsma nieuw toegetreden leden WVBS Bestuur) Verbetering vergaderstructuur WVBS (agenda, inbreng leden, samenwerkingspartners, incl. ondersteuning door VRA bureau – Ozlem Bankrekening WVBS opgeheven en overgedragen aan finance VRA. In 2024 werd toegezegd om het komende jaar in Q3 een themanummer te verzorgen met focus op slaap in de revalidatie. Gastredactie werd samengesteld met Vera van Reuler en Petra Boelens, meerdere Nederlandse onderzoekers op het gebied van slaap zijn ondertussen uitgenodigd om een bijdrage te schrijven aan dit nummer. Actieve bijdrage aan AIRe (aandachtsgroep inspanningsfysiologie in de revalidatie) waar enkele leden lid van zijn. Bijwonen AIRe symposium mei 2024 icm werkgroep vergadering Kenniscentrum Sport en Bewegen en Stichting Special Heroes: vertegenwoordiging (B Blommestein en M Fluit) zijn actief betrokken bij WVBS: o.a. sluiten aan bij alle vergaderingen, rapporteert over ontwikkeling (vergoeding) sporthulpmiddelen), mede organisator DCRM, diverse presentaties; Beweeginiatieven zijn in kaart gebracht volgens volgende indeling

- Therapeutisch bewegen in de zorg omgeving
- Therapeutisch bewegen in de leefomgeving
- Begeleid bewegen in de leefomgeving
- Zelfstandig bewegen in de leefomgeving

Voorgenomen acties en relatie met algemeen beleid VRA

NTR gastredactie vanuit WVBS voor themanummer Focus op Slaap in Q3.

Updaten van de pagina op de website op Revalidatie Kennisnet.

Missie en visie werkgroep WVBS up to date Q3

Opnieuw verdeling taken bestuur WVBS wegens wisseling en tijdelijke afwezigheid bestuursleden -> tijdelijke ondersteuning W Achterberg