



# Gecombineerde leefstijlinterventie Beweegkuur

## Resultaten T2

Dit zijn de resultaten van de enquête, afgenomen onder deelnemers die aan de GLI Beweegkuur gestart zijn tussen mei 2022 en december 2022

Basisprogramma 12 maanden

Onderhoudsprogramma 12 maanden

T0

T1

T2



### Resultaten T0

Redenen om te starten:

- Afvallen
- Energieker voelen
- Meer balans
- Minder medicatie
- Steun

Motivatie voor  
groepsbijeenkomst

Cijfer 7

Motivatie voor  
individuele  
begeleiding

Cijfer 8

### Resultaten T1

Einde basisfase

**Uitvalpercentage 7,4%**

**Reductie buikomvang**  
5 tot 10 cm afgenomen

**Reductie gewicht**  
54,3% is afgevallen

Belangrijkste redenen  
om te blijven  
deelnemen:

- Meer energie
- Gezonder eten
- Gewicht verliezen

### Resultaten T2

Onderhoudsfase

**Uitvalpercentage 7,6%**

**Reductie buikomvang**  
5 tot 10 cm afgenomen

**Reductie gewicht**  
64,7% is afgevallen

**Aanbevelingscore 8**

Deelnemers van de GLI  
Beweegkuur bevelen het  
programma sterk aan bij  
anderen

- 92 deelnemers zijn gestart in de periode tussen mei 2022 en december 2022. Hiervan is 7,6% tot nu toe uitgevallen.
- Deelnemers geven aan dat mentale begeleiding belangrijk is gedurende het programma. Eventueel ook begeleiding door een psycholoog waarbij onderliggende problemen aangepakt kunnen worden.

Scan informatie voor verwijzers



Scan de flyer van de Beweegkuur



# 7.5

Algemene beoordeling GLI  
Beweegkuur