



Wat biedt een GLI?

- Een groepsprogramma (1,5 - 2 jaar) in combinatie met 1-op-1 coaching, bestaande uit een behandel- en onderhoudsfase.
- Doel: gewichtsverlies en het bereiken en behouden van een gezonde leefstijl.
- Gericht op 3 pijlers: gezonde voeding, passende beweging en het veranderen van gedrag.
- Langdurige begeleiding buiten de spreekkamer.

Voor welke patiënten?

De GLI is bedoeld voor volwassenen (18+) met:

- Een BMI tussen 25 en 35, en een verhoogde buikomvang. Voor vrouwen is dat 88 cm of meer. Voor mannen is dat 102 cm of meer.
- Een BMI tussen 25 en 35 én een of meer ziekten die met overgewicht samenhangen (comorbiditeit).
- Een BMI vanaf 35.
- Voldoende motivatie om een tweejarige leefstijlprogramma te volgen.

Let op: voor de GLI Keer Diabetes2 Om gelden andere voorwaarden, waaronder: volwassenen met pre-diabetes of diabetes mellitus type 2.

Voor patiënten met overgewicht en obesitas biedt de Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI) een bewezen effectief behandeltraject. In dit programma worden patiënten professioneel begeleid bij duurzame gedragsverandering op het gebied van voeding, beweging, slaap, stressmanagement en ontspanning.

GLI Verwijstool

De GLI is voor patiënten een laagdrempelige en motiverende stap naar een gezondere leefstijl. Zeker wanneer deze geïntroduceerd wordt door de eigen zorgprofessional als onderdeel van passende zorg. Jouw rol als verwijzer is daarom erg belangrijk.

De GLI wordt volledig vergoed vanuit de basisverzekering, zonder aanspraak van het eigen risico. Verwijzing door een huisarts of specialist is verplicht.

Met behulp van de handige verwijstool op de achterzijde kies je samen met de patiënt welke GLI het beste aansluit. Verwijzing én terugkoppeling gaat eenvoudig via VIPLive.

"We bekijken samen in de verwijstool welke GLI het beste bij je past"



Scan voor GLI
patiëntinformatie



Versie 1 /032026



Vragen of meer info?

Sascha van der Venne

Projectleider Leefstijl

s.vandervenne@humovoorhuisartsen.nl

06 - 486 36 213



Verwijstool voor GLI leefstijlinterventies

	Cool	Cool-MiGuide	BeweegKuur	Slimmer Online	KD2O	KD2O+	X-Fittt
Interventie eigenaar	ELI (Expertisecentrum LeefstijlInterventies)	MiGuide (ism Expertisecentrum LeefstijlInterventies)	Huis voor Beweging	Ancora Health	Voeding Leeft	Voeding Leeft	X-Fittt
Fysiek / Online	Fysiek	Online	Fysiek	Online	Fysiek / online	Afwisselend fysiek en online	Fysiek
Nederlands / Anderstalig	Nederlands / Turks	Nederlands / Turks	Nederlands	Nederlands / Engels	Nederlands	Nederlands	Nederlands
Mono - / Multidisciplinair	Mono • Leefstijlcoach	Mono • Leefstijlcoach	Multi • Leefstijlcoach • Diëtist • Fysiotherapeut	Mono • Leefstijlcoach	Multi • Leefstijlcoach • Verpleegkundige • Diëtist	Multi • Leefstijlcoach • Verpleegkundige • Diëtist	Mono • Leefstijlcoach
Specifiek	- Deelnemer moet eigen regie kunnen nemen - Focus op gedragsverandering - Leefstijlcoach ondersteunt in het behalen van persoonlijk gestelde doelen	- Online Cool-variant - Deelnemer moet digitaal vaardig zijn en in het bezit van telefoon/pc - Eigen online platform met bijbehorende app	- Nadruk op aanpak van interactieve leefstijl - Ondersteuning door leefstijlcoach, diëtist en fysiotherapeut - Interactieve bijeenkomsten	- Wekelijkse groepssessies eerste 6 mnd - Eigen online platform met bijbehorende app - Moet digitaal vaardig zijn en in het bezit van telefoon/pc	- Voor patiënten met pre-diabetes, DM2 zonder medicatie of alleen metformine - Stabiliseren bloedsuikerwaarden met focus op onbewerkte voeding - Eigen online platform	- Voor patiënten met DM2 en medicatie zoals SU-derivaten / insuline / SGLT2-remmer - Intensieve leefstijlinterventie, gericht op afbouwen medicatie - Onder medische begeleiding - Eigen online platform	- Uitvoering vanuit sportcentra - Focus op verbeteren fysieke fitheid - Minder gericht op groepsbinding - Eigen voedingsapp
Uitvoering	Zie Humo-site: regionale praktijken en coaches	Coaches in dienst van Cool-MiGuide	Zie Humo-site: regionale praktijken en coaches	Coaches in dienst van Slimmer Online	Professionals in dienst van Voeding Leeft	Professionals in dienst van Voeding Leeft	Coach in dienst van X-Fittt