

Inleiding

In 2009 heeft Fit!vak vanuit haar kernactiviteit (borging van kwaliteit van de fitnessbranche) besloten om de beweegadviezen aan mensen met een chronische aandoening te professionaliseren.

Een eerste aanzet is gegeven in het najaar van 2011 met de beweegrichtlijn voor mensen met overgewicht en diabetes. In 2014 is daar de beweegrichtlijn voor mensen met een Niet Aangeboren Hersenletsel aan toegevoegd. Beide beweegrichtlijnen worden gebruikt door de beweegdeskundige als basis bij het ontwikkelen van een beweegadvies voor de klant.

Keurmerk Fit!vak Preventiecentra

Om na te gaan of door centra de beweegrichtlijn voor mensen met diabetes, obesitas of niet aangeboren hersenletsel op een juiste wijze wordt geïnterpreteerd en vertaald in een specifiek, persoonsgericht en verantwoord beweegprogramma is het keuringsinstrument Fit!vak Preventiecentra ontwikkeld.

Procedure

Centra die een aanbod hebben voor een of meerdere doelgroepen worden in een cyclus van 5 jaar getoetst of de beweegrichtlijn voor deze doelgroep juist wordt geïnterpreteerd en vertaald in een specifiek, persoonsgericht en verantwoord beweegprogramma. In dezelfde cyclus van 5 jaar worden centra jaarlijks op afstand gekeurd en 1 x middels de periodieke aangekondigde Keurmerk Fitness.

Onderliggend document betreft de verificatie op afstand. Wij verzoeken u bijgaand document volledig in te vullen en aangevuld met gevraagde bewijslast terug te mailen naar het uitvoerend keuringsbureau. Het uitvoerend keuringsbureau beoordeelt en toetst aan de hand van de aangeleverde gegevens of de beweegrichtlijn op een juiste en correcte wijze wordt geïnterpreteerd en resulteren in een specifiek, persoonsgericht en verantwoord beweegprogramma. Het centrum ontvangt hiervan een digitale rapportage.

Het Keurmerk Fitness LERF keuringsreglement is ook van toepassing op het Keurmerk Fit!vak Preventiecentra. Deze kunt u vinden op de website van Fit!vak en van de Stichting LERF.

Terminologie

Een opsomming en uitleg over gebruikte terminologie om begripsverwarring te voorkomen

Beweegdeskundige	Een fitnessinstructeur met minimaal een Fitness B opleiding aangevuld met en een modulaire verbreding en verdieping ten aanzien van de doelgroep overgewicht en/of diabetes. De beweegdeskundige wordt ook wel 4 ^{er} genoemd.
Beweegprogramma	Een op basis van non-actieve en actieve testgegevens specifiek, persoonsgericht en verantwoord beweegprogramma waarmee de doelstellingen voor de doelgroep kunnen worden bereikt. (non-actief-->intake vragenlijsten actief --> fysieke testresultaten)
Borgschalen	Schalen die gebruikt worden om een indicatie te geven hoe medische, fysieke en mentale testresultaten zich verhouden ten opzichte van geslacht, leeftijdsgenoten, ...
FitNed	Het officiële register voor fitnessprofessionals.
Exclusiecriteria	Criteria op basis waarvan een klant uit de doelgroep al of niet wordt uitgesloten om aan het beweegprogramma deel te mogen nemen.
Fitnessinstructeur	Fitnessinstructeur op niveau 3 of 4.

ID-gegevens over de beweegdeskundige (4⁺er) (eerste verantwoordelijke)

Voorletters

Voornaam

Tussenvoegsel

Achternaam

Specialisatie (DB-NAH-OB)

Fit!Ned geregistreerd

Datum laatste BHV-AED-reanimatie scholing

Overige beweegdeskundigen

Voorletters

Voornaam

Tussenvoegsel

Achternaam

Specialisatie (DB-NAH-OB)

Fit!Ned geregistreerd

Datum laatste BHV-AED-reanimatie scholing

Overige beweegdeskundigen

Voorletters

Voornaam

Tussenvoegsel

Achternaam

Specialisatie (DB-NAH-OB)

Fit!Ned geregistreerd

Datum laatste BHV-AED-reanimatie scholing

Overige beweegdeskundigen

Voorletters

Voornaam

Tussenvoegsel

Achternaam

Specialisatie (DB-NAH-OB)

Fit!Ned geregistreerd

Datum laatste BHV-AED-reanimatie scholing

Samenwerking

Is er een vorm van samenwerking en zo ja op welke wijze:

A*: Zij hebben een dienstverband met het fitnesscentrum

B*: Werken als zelfstandige doch in het fitnesscentrum

C*: Zij zijn buiten het fitnesscentrum gevestigd/werkzaam

Omschrijving Specialisten Professionals	Samenwerking		Welke vorm van samenwerking		
	Ja	Nee	A*	B*	C*
Fysiotherapeut /Oefentherapeut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Diëtist	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
BNG Gewichtconsulent	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Revalidatie-instelling	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Overig te weten					
...			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Informatie over het aanbod

Ons centrum heeft een beweegaanbod voor de volgende doelgroepen:

Meerdere antwoorden zijn mogelijk.

- Obesitas
- Diabetes
- Niet Aangeboren Hersenletsel

Wij verzoeken u onderstaande vragen naar waarheid in te vullen, op te slaan en ondertekend terug te sturen | mailen.

Het betreft hier indicatoren die specifiek betrekking hebben op het beweegprogramma en niet in het Keurmerk Fitness zijn opgenomen.

Steekproefsgewijs worden centra (onaangekondigd) periodiek bezocht en getoetst op onderstaande indicatoren.

Middelen		ja	nee
	Het centrum beschikt over een fietsergometer met testmogelijkheid (evt. met VO ² maximaal)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	In het centrum zijn Borgschalen aanwezig waarmee een indicatie van het uithoudingsvermogen bepaald kan worden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dienstverlening		ja	nee
	Nieuwe klanten voor dit beweegprogramma worden via vast protocol/script geïnformeerd bij het eerste contactmoment	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Het doel van het beweegprogramma is in de informatieverstrekking opgenomen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Het centrum heeft informatiemateriaal en/of geeft bekendheid over het specifiek aanbod door:		ja	nee
	Het centrum geeft aan op welke momenten de beweegdeskundige (4 ⁺ er) aanwezig is	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Organisatorische aandachtspunten		ja	nee
	Tijdens aanwezigheid van individuele klanten (uit de doelgroep) is er altijd iemand aanwezig die weet hoe te handelen bij calamiteiten (in relatie tot de doelgroep)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Tijdens het beweegprogramma wordt door de beweegdeskundige (4 ⁺ er) met de klant gesproken over het belang van voeding en leefstijl en krijgt de klant het dringend advies hier mee aan de slag te gaan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Het intakegesprek en (her)testmoment wordt door de beweegdeskundige (4 ⁺ er) uitgevoerd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Personeel		ja	nee
<input type="checkbox"/>	Er is een inwerkprotocol/bedrijfsproces op schrift voor instructeurs die met deze doelgroep aan de slag gaan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kwaliteitsysteem		ja	nee
<input type="checkbox"/>	De beweegrichtlijn 'overgewicht, prediabetes & diabetes type 2' en het document 'toelichting op de beweegrichtlijn' zijn praktisch vertaald in een beweegprogramma	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	De beweegrichtlijn 'overgewicht, prediabetes & diabetes type 2' en het document 'toelichting op de beweegrichtlijn' zijn praktisch vertaald in een begeleidingsprotocol	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Het beweegprogramma en begeleidingsprotocol worden jaarlijks intern ge-audit op juistheid en actualiteit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Intake			
<i>Onderstaande indicatoren maken onderdeel uit van de intakeprocedure</i>			
Intakegesprek		ja	nee
<input type="checkbox"/>	Doelen van het beweegprogramma	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Inventarisatie beweegervaringen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Inventarisatie beweegvoorkeuren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Inventarisatie persoonlijke doelen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Klant ontvangt presentatie en fasering van het beweegprogramma	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Testgegevens invullen (non actieve gegevens)		ja	nee
<input type="checkbox"/>	Par-Q vragenlijst wordt afgenomen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Klant wordt geadviseerd contact op te nemen met behandelend arts, psycholoog, maatschappelijk werker, diabetesverpleegkundige en/of praktijkondersteuner, en/of fysiotherapeut (specialisatie training diabetes) of is er rechtstreeks contact met bovengenoemde specialisten/professionals indien bij Par-Q vragenlijst "ja" ingevuld	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Beweegdeskundige (4 ⁺ er) controleert of Par-Q lijst is ingevuld	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Tijdens testmoment wordt oordeel gegeven over medische exclusiecriteria (door bewegingsdeskundige (4 ⁺ er))	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Tijdens testmoment wordt oordeel gegeven over fysieke exclusiecriteria (door bewegingsdeskundige (4 ⁺ er))	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Klant ontvangt bevestiging van de gemaakte afspraak (datum en tijd) alsmede uitleg over testprotocol (info wat er getest wordt, hoe de test verloopt en welke voorbereidingen de klant moet treffen voor de actieve test)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Testgegevens invullen (actieve testresultaten)		ja	nee

	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Klantbegeleidingsprotocol	ja	nee
Voorafgaande aan het 1e trainingsmoment (indien deze door de fitnessinstructeur uitgevoerd wordt) vindt er overdracht (test en trainingsgegevens klant) van beweegdeskundige (4 ^{er}) naar fitnessinstructeur (persoonlijk of met behulp van klantdossier) plaats	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Klant ontvangt persoonlijk beweeg-advies en uitleg beweegprogramma (na analyse van alle intake-gegevens)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Beweegprogramma bevat:	ja	nee
Meetbare doelstellingen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Frequentie per week	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Het beweegprogramma wordt afgestemd op specifieke belasting en belastbaarheid van klant (FITT-principe)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1e trainingsmoment	ja	nee
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Frequentie bijsturing beweegprogramma

Wat is de frequentie waarop het (individuele) beweegprogramma wordt bijgesteld?

Wat is de frequentie waarop alle procedures, documenten, (registratie) formulieren worden gecontroleers op juistheid en actualiteit?

Frequentie van hertesten is:

Wat is de frequentie van hertesten?

ja nee

(Her)testresultaten worden geregistreerd

Testresultaten worden met klant besproken

Aldus naar waarheid ingevuld.

Datum

Naam

Functie

Handtekening directie voor akkoord

Verder dient u onderstaande documenten op te sturen of te mailen naar het adres in bijhorende e-mail.

van toepassing voor:

Gelieve de documentnaam vooraf te laten gaan aan de nummering zoals hieronder vermeld.

OB DM NAH

		OB	DM	NAH
1	Intern protocol van het beweegprogramma dat voor deze doelgroep(en) wordt aangeboden (protocol van intake tot uittake)	X	X	X
2	Overzicht van het beweegprogramma voor betreffende doelgroep (fasering, frequentie, intensiteit, tijd, type aanbod, begeleiding, (tussentijdse test, ...)	X	X	X
3	Beweegjaarplan (protocol van intake tot uittake, inclusief logboek, complicatiematrix en jaarplan)			X
4	Inwerkprogramma voor medewerkers die met de doelgroep(en) aan de slag gaan of er mee te maken krijgen	X	X	X
5	Protocol of script waarin is aangeven welke informatie uw centrum verstrekt aan walk- en call-ins met betrekking tot deze doelgroep(en)	X	X	X
6	Externe communicatie- en promotie-uitingen voor deze doelgroep(en)	X	X	X
7	Par-Q vragenlijst	X	X	X

8	Formulier "Eigen Verklaring" (NAH)			X
9	Verdiepingsvragen met betrekking tot de doelgroep	X	X	X
10	De testprotocol	X	X	
11	Een blanco testrapport	X	X	X
12	Indien deelnemers uit de doelgroep(en) gebruik maken van een klantendossier een blanco exemplaar van het klantendossier	X	X	
13	Lijst met criteria voor het niet starten/tijdelijk onderbreken van het trainingsprogramma met betrekking tot de doelgroep			X
14	Een overzicht van de inspannings-borgschaal die uw centrum gebruikt in relatie tot deze doelgroep(en)	X	X	
15	Een blanco exemplaar van een trainingsschema	X	X	
16	Checklist "Niet trainen en training afbreken bij diabetes"		X	
17	Checklist "Preventie hypoglykemie bij diabetes"		X	