

# Effectieve programma's voor bewegen en valpreventie voor ouderen

---

## Toelichting

Binnen het programma Meer Veerkracht, Langer Thuis van Fonds NutsOhra is bewegen een speerpunt. We roepen partijen op om aanvragen voor subsidie in te dienen voor verspreiding van effectieve programma's voor bewegen en valpreventie.

In opdracht van Fonds NutsOhra heeft het VUMC een overzicht gemaakt van effectieve programma's. Deze programma's zijn opgenomen in een shortlist van aanbevolen interventies. De aanbevelingen voor implementatie van het team van het VUMC en een overzicht van alle onderzochte programma's (nationaal en internationaal) zijn ook geplaatst op de website van Fonds NutsOhra.

Indien u een aanvraag wilt indienen voor de verspreiding van een effectief beweegprogramma of valpreventie programma dient u gebruik te maken van de shortlist van effectieve interventies. Indien u een omgevingsinterventie wilt verspreiden moet u dit combineren met een effectief beweegprogramma, of een ander valpreventieprogramma uit de lijst. Hiermee willen we bevorderen dat naast screening en advies ouderen ook daadwerkelijk gaan bewegen. Verdere criteria vindt u in de Calltekst.

In de lijst staan zo veel mogelijk websites bij de programma's vermeld. Op deze manier kunt u de programma's makkelijk vinden. Een aantal programma's is alleen te vinden via artikelen, geplaatst in (internationale) vaktijdschriften. Deze artikelen zijn voorzien van een PMID aanduiding. Op internet kunt u dan een samenvatting van het artikel vinden. Indien u het gehele artikel wilt opvragen en u slaagt daar niet in kunt u voor technische ondersteuning contact opnemen met onze programmasecretaris Hanneke Marcelis, [hanneke\\_marcelis@fondsnutsohra.nl](mailto:hanneke_marcelis@fondsnutsohra.nl) of via 020 5949690 of 06 82689022.