

Overzicht erkende preventiecursussen 2019

Zwangerschap

- informatiebijeenkomsten van de [Vereniging Borstvoeding Natuurlijk](#)
- cursus borstvoeding door een lactatiekundige
- zwangerschapscursus door een thuiszorgorganisatie, bekkenfysiotherapeut, oefentherapeut Cesar/Mensendieck of door de Vereniging Samen Bevallende, of de cursus YVLO-Zwangerfit door een (bekken)fysiotherapeut of oefentherapeut Cesar/Mensendieck, ingeschreven in het [YVLO-register](#)
- zwangerschapsyoga door een thuiszorgorganisatie, bekkenfysiotherapeut, oefentherapeut Cesar/Mensendieck, of door een gekwalificeerde yogadocent die is aangesloten bij de Vereniging Yogadocenten Nederland
- cursus Fit Mama! door een thuiszorgorganisatie, bekkenfysiotherapeut of oefentherapeut Cesar/Mensendieck

Gezond gewicht

- cursus gezonde voeding en gezond gewicht door een thuiszorgorganisatie
- cursus van een gewichtsconsulent aangesloten bij de Beroepsvereniging Gewichtsconsulenten Nederland (BGN), of van een diëtist aangesloten bij de Nederlandse Vereniging Diëtisten (NVD) of de Diëtisten Coöperatie Nederland (DCN)
- Happy Weight
- programma's Van Klacht naar Kracht, Bewegen op Recept en BigMove aangeboden door een gezondheidscentrum of GGD (vergoeding van de eigen bijdrage)

Mentale fitheid

- weerbaarheidstraining voor kinderen tot 16 jaar aangeboden door een psycholoog
- Kanjertraining door een pedagoog of psycholoog van het Instituut Kanjertraining B.V. Almere
- Steviger in je schoenen staan door het Instituut Stema Opleidingen en Coaching
- Sta Sterk Training ontwikkeld door Stichting Omgaan met Pesten
- [runningtherapie](#) om depressie te voorkomen door een runningtherapeut via Running VOF
- de online (zelfhulp)modules van stichting [Mirro](#) voor het herkennen, verminderen of voorkomen van psychische klachten

Zelfmanagement

- cursus Beter Slapen of Slapen kun je leren door een thuiszorgorganisatie
- online cursus Beter Slapen door Somnio.eu
- cursus Leren omgaan met een chronische ziekte van jezelf of een gezinslid door een thuiszorgorganisatie, patiëntenvereniging of GGD
- cursus Valpreventie door een fysiotherapeut of oefentherapeut (die kan ook van een thuiszorgorganisatie zijn)
- online programma [Klikjebeter.nl](#)

Eerste hulp

- basis-, herhaal- en vervolgcursus EHBO of kinder-EHBO door een organisatie aangesloten bij KNV EHBO, bij Nationale Bond EHBO of gecertificeerd door het Oranjekruis, het Nederlandse Rode Kruis of NIKTA
- cursus EHBO Basis, EHBO bij kinderen, EHBO bij volwassenen en EHBO Top van [Livis](#)
- basiscursus reanimeren of AED (automatische externe defibrillator) gecertificeerd door de Nederlandse Reanimatie Raad en/of gegeven door een reanimatiepartner van de Hartstichting
- basiscursus Stop de bloeding - Red een leven door een [gecertificeerde instructeur](#)

Dit wordt niet vergoed

- cursussen Bedrijfs hulpsverlening