



## Voluit Leven

### Doelgroep

80.000 mensen die met beginnende depressieve klachten worden doorverwezen naar de BGGZ (product Middel). 50% hiervan is geschikt voor de Blended Voluit Leven behandeling.

### Landelijke zorgkosten

€ 44 miljoen.

### Landelijke mogelijke besparing

€ 7 miljoen.

### Betrokken zorgverleners

GZ-psycholoog.



### Waarom?

- 10% van de Nederlandse volwassenen krijgt één of meerdere keren in zijn of haar leven te maken met depressieve klachten.
- Deze klachten hebben een grote negatieve invloed op de kwaliteit van leven en zorgen voor hoge zorg en maatschappelijke kosten.
- Door stigmatisatie en hoge drempels in de zorg krijgt niet iedereen tijdig de juiste hulp.
- De Blended Voluit Leven behandeling is toegankelijk en bewezen effectief om een hevige depressie te voorkomen.

### Hoe?

Voluit Leven is een behandelmethode gebaseerd op Acceptie en Commitment Therapie (ACT) en mindfulness. De Blended behandeling bestaat uit negen online eHealth modules en vier face-to-face gesprekken. Dit is doelmatige zorg doordat er minder face-to-face contact nodig is en de behandeling leidt tot aanzienlijk minder depressieve klachten.



Product Middel: max. € 805.  
Voluit Leven Blended: € 500.  
Max. besparing € 305 per cliënt.



**Besparing door GP**



Klinische relevantie depressieve klachten van 83% naar 12% na de Blended behandeling Voluit Leven.



**Daling klachten -71%**



Cliënten waarderen de eHealth op een schaal van 1 tot 5 met een 4,2.



**Hoge waardering**



### Ernst Bohlmeijer

Bedenker Voluit Leven en Hoogleraar geestelijke gezondheidsbevordering.

**“Wetenschappelijke studies laten zien dat Voluit Leven een effectieve behandeling van depressie is.”**

*“De kracht van Voluit Leven is dat de cliënt de regie heeft. De behandelaar kan de intensiteit van de begeleiding afstemmen op de behoefte van de cliënt.”*