NICO WOLTER THERAPIE

Wie is Nico Wolter ?

Proefvoetballer Roda JC,
1977-1978

Chronische aandoeningen:
ziekte van Bechterew,
ziekte van Crohn, vanaf 1978

Arts-opleiding en loopbaan
als verzekeringsarts
1979-2015

Centrum Chronische Ziekten,
Maastricht UMC+
Medisch adviseur 2015-2020

Persoonlijke missie: denk positief, ontplooi en gebruik je talenten !

Van persoonlijke missie naar visie en strategie

Persoonlijke missie:

Denk positief, ontplooi en gebruik je talenten!

Bredere visie:

Wees een voorbeeld, geef anderen de kans om zich te ontplooien

Strategie:

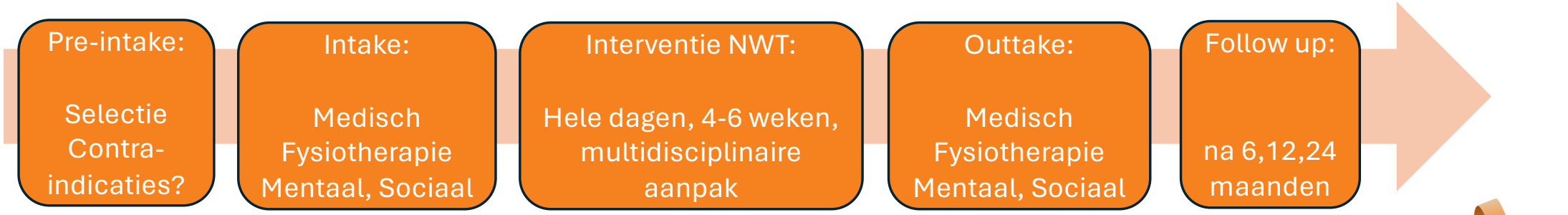
Help anderen op weg naar herstel, in terugkeer naar de maatschappij en werk

Projecten N. Wolter met Universiteit Maastricht:

- Combined Spa-Exercise Therapy is Effective in Patients with Ankylosing Spondylitis
  Promotie dr. A. van Tubergen, Universiteit Maastricht 2002:
- *Na 4 weken voltijdse multidisciplinaire interventie: 80% weer arbeidsfit*
- Multidisciplinaire interventie voor langdurig uitgevallen werknemers met aandoeningen van het bewegingsapparaat
  Promotie dr. A. van der Zee, Universiteit Maastricht 2014:
- *Vier weken voltijds multidisciplinaire interventie: na 6 mnd is 90% weer aan het werk*
- Positieve gezondheid en arbeidsparticipatie bij mensen met chronische aandoeningen van het maagdarmkanaal
  Promotie dr. A. Lemlijn, UWV en Universiteit Maastricht 2026:
- *Grote fysieke en mentale impact van een chronische ziekte met als gevolg een lage arbeidsparticipatie (35-40%), maar nog ruime, niet-benutte, restcapaciteit*

Wat is de Nico-Wolter-Therapie (NWT)?

- Multidisciplinaire, persoonsgerichte aanpak, wetenschappelijke basis
- Voltijdse, dagelijkse, 4-6 weken durende , “life-changing” interventie
- Werkt met kleine groepen, focus op groepsdynamiek, elkaar helpen
- Doelen: fysieke en mentale “reset”, herstel van eigenwaarde, regie nemen, ontwikkelen van vaardigheden om de uitdagingen van het leven aan te kunnen, fit te worden en aan het werk gaan



Waarom NWT ?

- Huidige re-integratie en rehabilitatie:
  Rendement van bestaande trajecten is onvoldoende!
- Economie:
  Krapte arbeidsmarkt, optimaal benutten van arbeidspotentieel
- Individu:
  Weer regie voeren, zelfredzaam worden, meer kwaliteit van leven, weer sociale en arbeidsparticipatie
- Maatschappij:
  Betrokken zijn en zorgen voor haar burgers
  Kostenreductie in sociale domein

NWT dag programma

	Dag 1	Dag 2	Dag 3, etc.
08.30	Nordic walking	Nordic walking	Nordic walking
	Fitness kracht-training	Fitness cardio-training	Spel en balans
	Spel en balans	Teambuilding via sport	Ontspannings oefeningen
12.00	Lunch	Lunch	Lunch
	Mentale “reset”	Groeps sessie	Mentale coaching
	Hydrotherapie	Hydrotherapie	Hydrotherapie
	Zwemmen	Zwemmen	Teambuilding in water
17.00	Sauna	Sauna	Sauna

NWT onderdelen

- Voltijds, 5 dagen/wk, 4-6 wk
- Fysieke training:
  - ochtend: hoog intensief trainen
  - middag: ontspanning, herstel
- Mental training:
  - individuele mentale coaching
  - mentale reset, groep-sessies
  - groep-interactie en dynamiek
  - team-building
- Medische ondersteuning
  - intake, beoordeling
  - maatwerk herstel programma
  - training in weerbaarheid
- Sociale en werk participatie
  - resocialisatie training
  - arbeidsdeskundig advies
  - re-integratie bureau helpt

NWT multidisciplinair team

FYSIEK
- Sport instructeur
- Fysiotherapeut
- Hydro-therapeut
- Dagcoach

MENTAAL
- Mental coach
- Mental resetter
- Psycholoog

MEDISCH, SOCIAAL
- Leefstijl coach
- Revalidatie-arts
- Arbeidsdeskundige

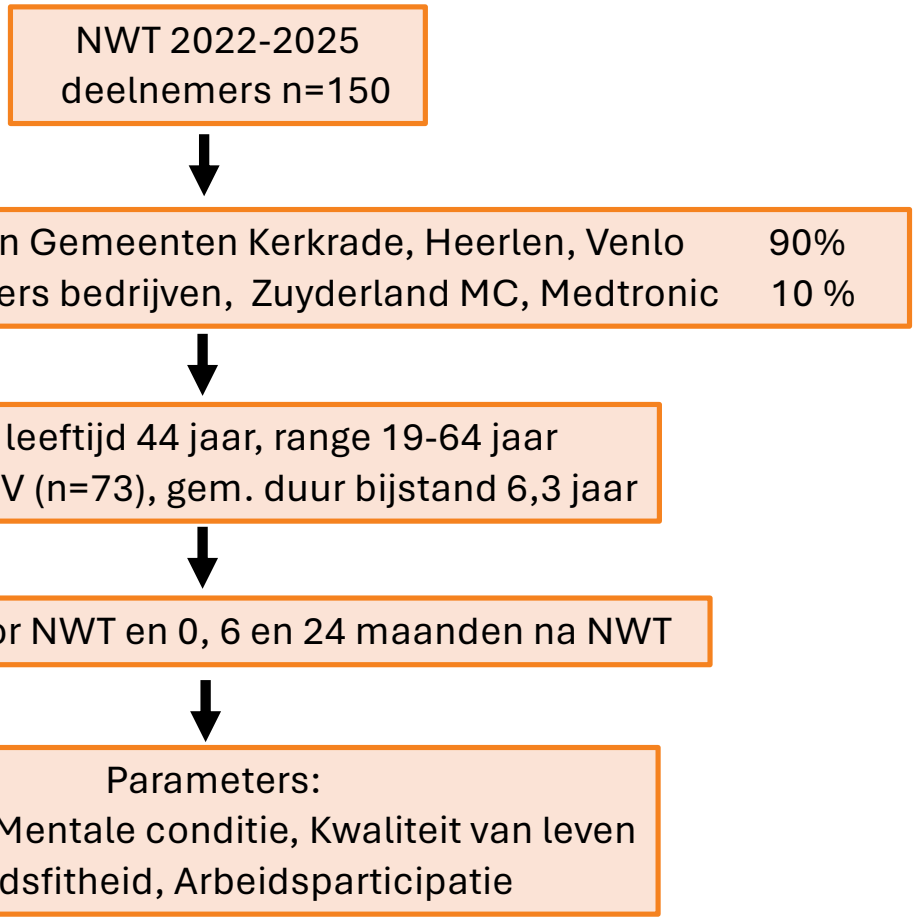
ONZE MENTALE RESETTERS:

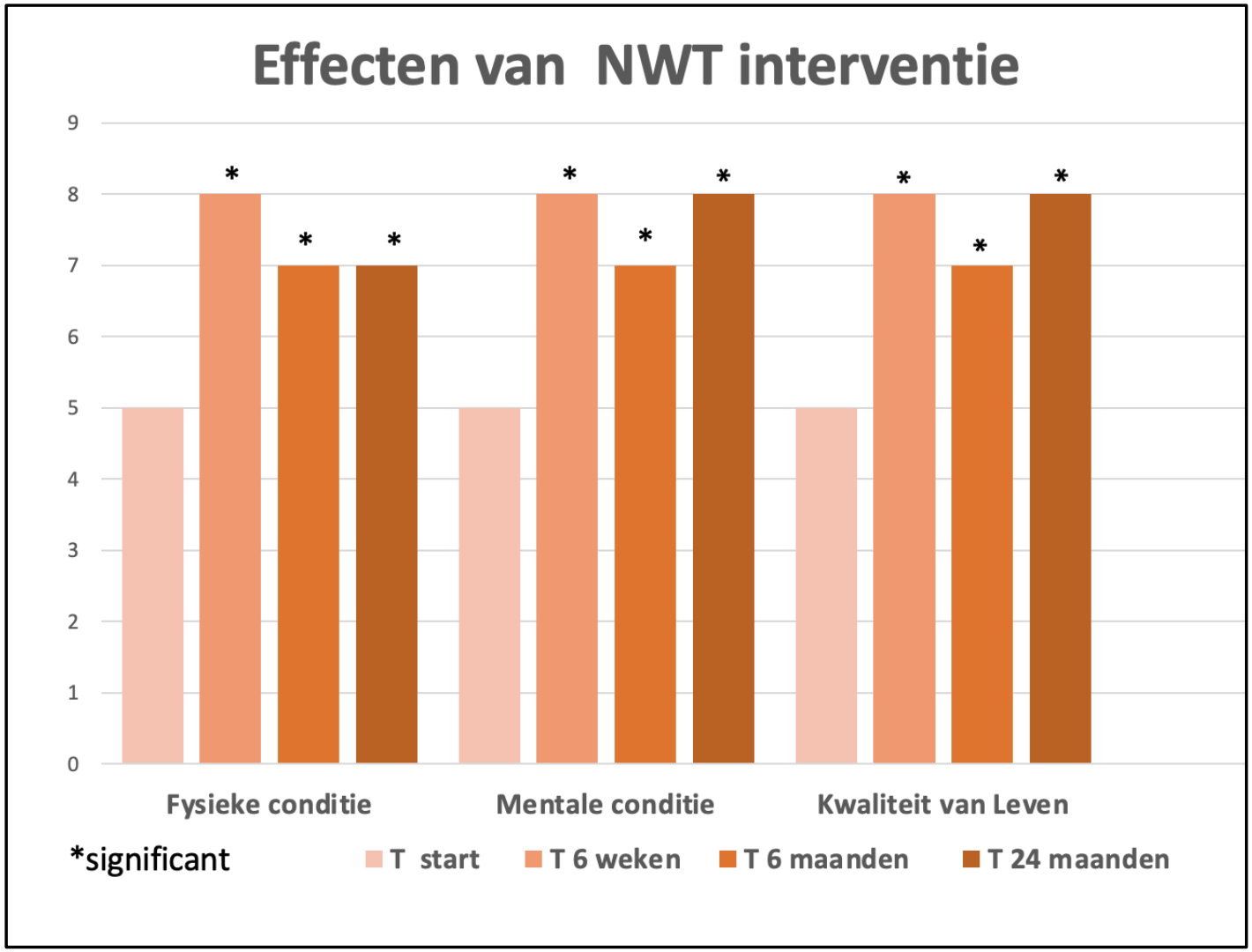
Mitch Valize, handbiker
Paralympische goud

Gène Hanssen
Profvoetballer en dagcoach

Huub Stevens
Profvoetballer en coach

Resultaten NWT 2022-2025




Effecten van NWT interventie
9
8
7
6
5
4
3
2
1
0
*
*
*
*
*
*
*
*
*
Fysieke conditie
Mentale conditie
Kwaliteit van Leven
*significant
T start
T 6 weken
T 6 maanden
T 24 maanden

Arbeidsparticipatie

Arbeidsparticipatie	Pre NWT	Post NWT 6 maanden	Post NWT 24 maanden
Werk, betaald	0%	26%	54%
Werk, onbetaald (vrijwilligerswerk)	4%	24%	7%
Opleiding (in combinatie met werk)	0%	9%	3%
Tijdelijk arbeidsongeschikt (medisch)	6%	6%	3%
Geen werk	90%	30%	14%
Geen reactie bij follow-up	0%	5%	19%
Totaal aantal	N=150	N=125	N=90

Wat brengt NWT, samengevat:

- Individu:
  Duurzame toename van fysieke en mentale conditie en van QOL
  Duurzame arbeidsparticipatie (2 jaar: 54%)
- Economie:
  Benutten arbeidspotentieel,
  Krapte arbeidsmarkt ↓
  Faciliteren van economische groei
- Maatschappij:
  Meer tevreden inwoners (werknemers)
  Kosten reductie in het sociale domein
- NWT is kosteneffectief

Hoe verder?

- Nederland: uitbouw regionaal, landelijk
- Doelgroep verbreden:
  NWT-interventie is breder inzetbaar dan in sociale domein:
  denk aan mensen met langdurig of recidiverend ziekte verzuim en mensen met chronische aandoeningen
- Wetenschappelijke onderbouwing van de NWT methode:
  resultaten publiceren in wetenschappelijk tijdschrift
- Euregionale samenwerking: de problematiek is identiek maar de aanpak verschilt: leren van elkaar, uitwisselen van “best practices”

NWT-team, organisatie, contactgegevens

NWT-kernteam

- drs. Nico Wolter, voormalig verzekeringsarts en ervaringsdeskundige
- Medische adviseurs: prof. dr. A. Masclee (Universiteit Maastricht), drs. W. Blanken, revalidatiearts
- Wetenschappelijk adviseurs: prof. dr. N. Dimmel, jurist en socioloog (Universiteit, Salzburg), prof. dr. A. Masclee (Universiteit Maastricht), prof. dr. J. Dijkhuizen, Universiteit Tilburg en kroonlid SER, prof. J. Spaubeck, Hogeschool Zuyd, Maastricht

Contact personen

Nico Wolter: Tel: +31 6 12509755 **Ad Masclee:** Tel +31 6 51811730
Website: https://nicowoltertherapie.nl
E-mail: n.wolter@nicowoltertherapie.nl